Kubota Kisou

DẠY CON KIỂU NHẬT

Giai đoạn 1 tuổi



THAIHABOOKS
Knowledge for the Future
NHÀ XUẤT BẢN LAO ĐỘNG - XÃ HỘI

CÁC VIỆC CẦN LÀM KHI TRẺ 1 TUỔI

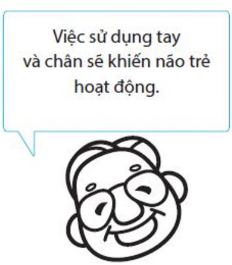
Bước đi khiến não trẻ phát triển linh hoạt

Đặt ra mục tiêu và hoàn thành nó

Nhờ việc đi bằng hai chân, bộ não con người đã phát triển một cách linh hoạt. Khi trẻ được 1 tuổi, bé chuyển từ bò bằng bốn chân sang đi bằng hai chân, đây là bước tiến hóa để trẻ trở thành một con người hoàn chỉnh.

Chính vì vậy, trọng điểm trong giáo dục trẻ giai đoạn này là tập luyện để trẻ đứng vững bằng hai chân của mình và có thể bước đi. Khi trẻ bước, vùng vỏ não trước trán cũng làm việc để quyết định độ mạnh và phương hướng... rồi truyền thông tin đến các cơ. Hơn nữa, khi bước đi, trẻ sẽ sử dụng các giác quan như nhìn, nghe, sờ, nhờ vậy tạo kích thích đến vùng trước trán nên có ảnh hưởng rất lớn đến sự phát triển của não trong thời kì này.





Mặt khác, khi biết đi, trẻ sẽ giữ được tư thế kéo căng cột sống ổn định trong thời gian dài và ổn định được tư thế ngồi, nên giai đoạn này trẻ sẽ biết sử dụng hai tay. Từ giai đoạn này, bằng cách dùng tay của mình cầm đồ vật, rồi dùng chúng để chơi, trẻ có thể sử dụng đồ vật mà mình muốn và suy nghĩ đến quy luật chơi.

Chúng ta hãy cùng dạy trẻ biết sử dụng tay chân như một phương tiện để làm điều mình muốn.

Sử dụng tay và dụng cụ

Suy nghĩ, hành động và hoàn thành!



TRẺ RẤT THÔNG MINH

Khả năng của trẻ thay đổi tùy vào các kích thích

Cha mẹ luôn mong muốn con mình thông minh. Tuy nhiên, con cái học giỏi không có nghĩa đã là thiên tài. Trong quá trình trưởng thành, điều quan trọng đối với con người không chỉ là tri thức mà còn cả trí tuệ nữa.

Trí tuệ là khả năng suy nghĩ độc lập, thông cảm với mọi người, có tính xã hội. Nếu có trí tuệ ắt sẽ có tri thức.

Cuốn sách này sẽ giới thiệu phương pháp giúp trẻ trở thành thiên tài với trí tuệ phi thường. Bạn hãy kiên trì đừng cho rằng "không thể" và bỏ cuộc. Khả năng của trẻ cao hơn chúng ta tưởng rất nhiều.

Ở cuốn *Dạy con kiểu Nhật (giai đoạn 0 tuổi)*, tôi đã đề cập đến việc kích thích khả năng cho trẻ 0 tuổi, giúp hình thành mối liên kết (khớp thần kinh) giữa các tế bào thần kinh đã được hình thành từ trong bào thai để tạo nên các mạch thần kinh.

Khi trẻ được 1 tuổi, cần khuyến khích trẻ thực hiện nhiều điều mới

Với trẻ 1 tuổi, điều quan trọng là học được hành động mới và bắt chước theo.

Để làm được như vậy, chúng ta cần kích thích để tăng số lượng khớp thần kinh hơn nữa, từ đó trẻ có thể sử dụng tay, chân, miệng một cách thành thạo.

Với cuốn sách này, chúng ta sẽ rèn luyện cho vùng vỏ não trước trán của trẻ bằng cách hướng dẫn trẻ đi bằng hai chân. Từ 2.000.000 năm trước, tổ tiên của loài người hiện đại (vượn người và người nguyên thủy)

đã biết sử dụng vùng vỏ não trước trán nên não bộ của con người đã to lên.

Hơn nữa, những nghiên cứu về khoa học não bộ gần đây cũng cho rằng con người sẽ "thông minh" hơn nếu rèn luyện vùng vỏ não trước trán.

Bạn có biết rằng trẻ mới sinh đã có thể nhận diện khuôn mặt người? Hay một đứa trẻ 2-3 tuần tuổi đã có thể bắt chước biểu hiện trên khuôn mặt người khác?

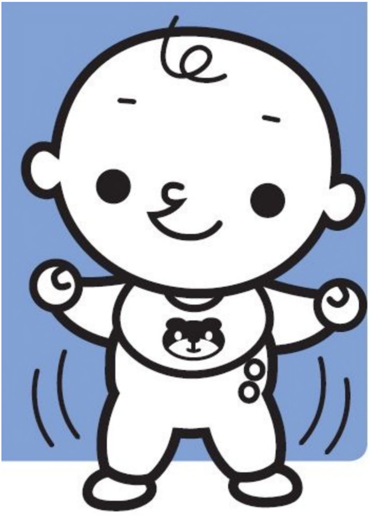
1 tuổi chưa phải đã muộn, bạn hãy tạo cho trẻ những kích thích rồi khen ngợi trẻ

Trẻ con sở hữu những năng lực tuyệt vời hơn sức tưởng tượng của chúng ta. Hãy tạo hứng thú cho trẻ và nếu trẻ làm được, hãy khen ngợi trẻ.

Não bộ của trẻ 1 tuổi vẫn đang trong quá trình phát triển. Cha mẹ hãy thường xuyên mang lại nhiều kích thích cho trẻ để khơi gợi nhiều hơn nữa khả năng của trẻ.

GIÁO DỤC GIAI ĐOẠN 1 TUỔI

Tại sao cần giáo dục khi trẻ 1 tuổi? Bạn có biết rằng trí tuệ của loài người phát triển khi có thể đứng thẳng và đi được bằng hai chân không? Đối với trẻ cũng vậy, khi được 1 tuổi, trẻ bắt đầu đứng thẳng và đi được bằng hai chân. Vì thế, cần giáo dục đặc biệt đối với não bộ của trẻ trong giai đoạn này.



ĐẶC ĐIỂM CỦA TRẺ Ở GIAI ĐOẠN 1 TUỔI

Khi trẻ biết đi, thế giới rộng lớn mở ra trước mắt trẻ, vốn từ ngữ cũng tăng lên nhanh chóng

Khác biệt giữa con trai và con gái

Khi mới sinh, trẻ chỉ biết những phản ứng hay còn gọi là phản xạ nguyên thủy. Sau khoảng một năm, não bộ của trẻ đã phát triển gấp đôi, nặng khoảng 900g, cơ thể cũng đã cứng cáp, biết đứng vững một mình sau khi trải qua giai đoạn lẫy rồi bò.

Khi biết đi, phạm vi hoạt động của trẻ cũng mở rộng, trẻ bắt đầu hứng thú với mọi thứ xung quanh mình. Lúc này, trẻ đã bắt đầu có những sở thích của riêng mình và bắt đầu xuất hiện sự khác nhau giữa con trai và con gái.

Con trai sẽ có khuynh hướng thích tự chơi trong thế giới của mình, còn con gái thích giao tiếp với mọi người. Lúc này, trẻ vẫn chưa thể nói thành câu nhưng đã có thể nói những từ đơn giản và biết các động tác chào hỏi, vốn từ của trẻ tăng nhanh và chúng bắt đầu hứng thú khám phá mọi thứ quanh mình.

Giai đoạn này là giai đoạn trẻ bắt đầu có chính kiến và thể hiện rõ yêu ghét của chính mình. Đối với những thứ trẻ không thích hay không muốn, trẻ sẽ luôn miệng nói “không”. Cho nên, ngay từ khi 0 tuổi, bạn phải chú ý kiên trì giao tiếp với trẻ.



Sẵn sàng làm mẹ

5 điều quyết định để giáo dưỡng trẻ có bộ não thiên tài.

Không thay đổi phương pháp

Nếu bạn thay đổi phương pháp dạy trẻ một cách tùy tiện sẽ làm mất hứng thú của trẻ. Cho nên, hãy cân nhắc và đưa ra một phương pháp dạy trẻ, rồi kiên trì làm theo không được thay đổi.

Nhìn vào mắt trẻ

Khi giao tiếp, bạn hãy nhìn vào mắt trẻ với ánh mắt yêu thương. Khi bạn định giới thiệu cho trẻ biết đồ vật gì, hãy cho trẻ nhìn thấy đồ vật đó.

Không so sánh con mình với những đứa trẻ khác

Không phải đứa trẻ 1 tuổi nào cũng giống nhau mà ngược lại mỗi đứa trẻ có sự khác nhau rất lớn. Bạn không được sốt ruột khi con mình "không thể làm cái này" hay "không thể làm cái kia". Hãy kiên trì luyện tập cho trẻ từng chút, từng chút một.



Không được thất hứa với trẻ, dù đó là lời hứa nhỏ nhất

Để trẻ sống có nguyên tắc, bạn nhất định phải giữ lời hứa với trẻ.



Cha mẹ luôn giỏi hơn

Khả năng của trẻ lớn hơn mức chúng ta tưởng. Nếu bạn không giữ vững lập trường sẽ dễ bị trẻ thuyết phục. Đôi khi bạn hãy là bà mẹ nghiêm khắc.

TẠI SAO TRẺ LẠI CÓ GIAI ĐOẠN BƯỚNG BỈNH?

Những đứa trẻ có vùng vỏ não trước trán phát triển sẽ không có giai đoạn bướng bỉnh

Ba nguyên nhân sinh ra bướng bỉnh

Khi trẻ hơn 1 tuổi, nhiều cha mẹ phải đối diện với giai đoạn bướng bỉnh của con. Bạn hay phải đối diện với những tình huống như: “Con đi tắm nhé?”, ”Không”, “Thay bỉm nào”, ”Không”. Nếu lúc đó bạn bắt ép trẻ thực hiện theo ý mình, trẻ sẽ khóc to lên để phản kháng. Những tình huống như vậy khiến không ít bà mẹ mệt mỏi.

Tuy nhiên, giai đoạn bướng bỉnh này thực ra là kết quả của việc cha mẹ đã tạo ra môi trường để trẻ có ý muốn phản kháng. Về vấn đề này, có ba nguyên nhân sau:

1. Vùng vỏ não trước trán phát triển chưa đầy đủ

2. Đơn thuần là do ích kỷ

3. Có nguyên nhân gì đó khiến trẻ không thích

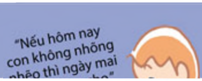


Nguyên nhân 1: Vùng vỏ não làm việc kém tạo nên phản ứng khiến trẻ cự tuyệt những điều mới, những điều trẻ không biết. Bằng cách rèn luyện vùng vỏ não trước trán theo phương pháp của cuốn sách này, dần dần chúng ta sẽ giúp trẻ cải thiện. Thực tế, những đứa trẻ đã được rèn luyện vùng vỏ não trước trán từ khi 0 tuổi sẽ không có giai đoạn bướng bỉnh này.

Nguyên nhân 2: Những đứa trẻ ích kỷ quan sát rất kỹ cha mẹ chúng. Nếu chúng biết rằng cứ nhõng nhẽo, nài nỉ chúng sẽ được đáp ứng thì chúng càng ngày càng nài nỉ. Trường hợp này cha mẹ cần tỏ thái độ cương quyết với trẻ, tuyệt đối không đáp ứng những đòi hỏi vô lý của trẻ.

Nguyên nhân 3: Có thể có một nguyên nhân nào đó khiến trẻ không thích hoặc sợ. Bạn hãy quan sát kỹ những điều trẻ thích, trẻ ghét và biểu hiện của trẻ khi ghét cái đó rồi loại bỏ những nguyên nhân làm trẻ ghét, như vậy sẽ làm cho trẻ đỡ bướng bỉnh hơn.

Nhưng dù ở trường hợp nào, nếu bạn quá bắt ép sẽ càng làm trẻ bướng bỉnh hơn. Hãy tích cực giao tiếp với trẻ, nói chuyện để trẻ không nói “không” nữa. Đồng thời, bạn phải hiểu được sở thích cũng như cá tính của trẻ từ trong những sinh hoạt hàng ngày, rồi kiên trì uốn nắn trẻ.





ĐIỀU CHÚ Ý KHI MẮNG TRẺ

Cách mắng giúp rèn luyện vùng vỏ não trước trán cho trẻ

1

Mắng ngay khi trẻ làm sai

Nếu trẻ làm điều gì đó không đúng, bạn hãy mắng ngay lúc đó để trẻ biết được tại sao mình bị mắng.

2

Mắng nếu trẻ tái phạm

Nếu cùng một việc sai mà có lúc bạn mắng có lúc không mắng thì trẻ sẽ không phân biệt được thế nào mới đúng. Bạn phải nhất quán trong việc mắng trẻ để dạy cho trẻ biết những điều không nên làm.

3

Bắt trẻ lắng nghe điều bạn nói

Để trẻ hiểu và sửa được điều mình làm sai, nhất định bạn phải nghe thấy trẻ phản hồi "vâng" khi bị mắng để trẻ nhớ được làm như thế nào mới đúng.

4

Dù ở nhà hay ra ngoài, bạn cũng không được thay đổi cách mắng trẻ

Nếu bạn thay đổi cách mắng trẻ tùy theo hoàn cảnh xung quanh, trẻ sẽ nhận thấy và lợi dụng điều đó. Kể cả ngay trước mặt người ngoài, bạn cũng cần nghiêm khắc mắng trẻ nếu trẻ làm sai.

5

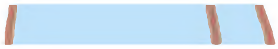
Đừng mắng trẻ dài dòng, lặp đi lặp lại

Mắng là một cách giáo dục chứ đừng biến nó trở thành tật xấu của mẹ. Không nên mắng trẻ quá lâu, vì như vậy sẽ không hiệu quả.



MÚT TAY GÂY TRỞ NGẠI CHO GIÁO DỤC

Nếu trẻ không thích điều gì đó nhưng bị bắt phải làm, trẻ sẽ có thói quen mút tay. Hiện tượng mút tay biểu hiện trẻ đang tập trung chú ý đến bản thân, để tỏ ra phản kháng. Để trẻ sớm bỏ thói quen này, bạn hãy tìm ra nguyên nhân khiến trẻ không thích điều đó rồi loại bỏ nó.



TẠI SAO CẦN GIÁO DỤC SỚM?

Tăng số lượng khớp thần kinh và tăng cường mạch thần kinh cho trẻ trước 3 tuổi

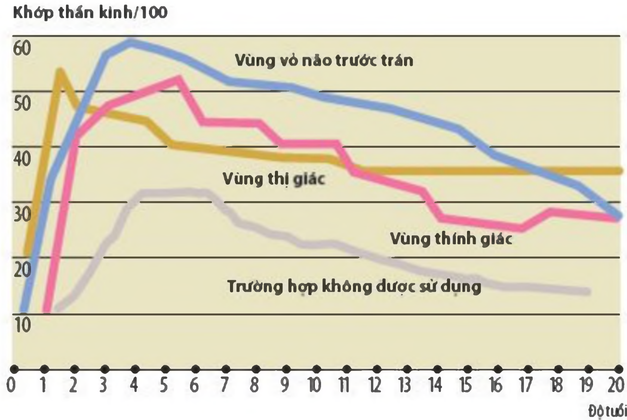
Tăng số lượng khớp thần kinh của trẻ

Trong não bộ có các tế bào thần kinh đảm nhiệm việc truyền đạt thông tin. Các tế bào thần kinh này được tạo ra từ trong bào thai nên đến khi sinh ra, trẻ hầu như đã có đủ số lượng tế bào của cả cuộc đời. Tuy nhiên, do số lượng các khớp thần kinh ít nên giữa các tế bào thần kinh không có sự liên kết, có nghĩa là hầu như không có các mạch thần kinh. Các khớp thần kinh giúp liên kết giữa các tế bào thần kinh sẽ tăng dần lên nhờ vào quá trình làm việc của não bộ từ sau khi trẻ được sinh ra và đạt được mật độ cao nhất trong khoảng từ 8 tháng tuổi đến trước 3 tuổi.

Dưới đây là sơ đồ dịch chuyển về mật độ trung bình của các khớp thần kinh tùy theo độ tuổi. Hầu hết các trẻ đều tương ứng với đường cong trên sơ đồ này, nhưng nếu trước 3 tuổi chúng ta gây ra những kích thích thích hợp cho trẻ thì mật độ khớp thần kinh có thể cao hơn. Mật độ khớp thần kinh cao cũng có nghĩa rằng sự kết nối mạch thần kinh được tăng cường. Như vậy, trẻ sẽ có năng lực quyết đoán, sử dụng chân tay một cách khéo léo hơn, đó chính là “bộ não thiên tài”. Việc kích thích tất cả các vùng của não bộ nhằm tăng cường số lượng khớp thần kinh nhiều nhất có thể khi trẻ 1 tuổi sẽ giúp chúng có cuộc sống phong phú khi trưởng thành.

Khi trẻ 1 tuổi, mỗi ngày đều là những bài học. Chúng ta hãy mang lại cho trẻ những kích thích phù hợp với sự phát triển của trẻ để mở rộng hơn thế giới trước mắt trẻ.

Đỉnh điểm mật độ khớp thần kinh của trẻ trước 3 tuổi



● "Mật độ trung bình khớp thần kinh ở nhiều độ tuổi/P. R. *Huttenlocher (1996)*

Như trên sơ đồ, sau khi mật độ khớp thần kinh đạt đến đỉnh điểm sẽ bắt đầu giảm dần. Điều này là do khớp thần kinh của tế bào thần kinh không được sử dụng chết đi theo cơ chế di truyền. Nhưng dù đã đi qua giai đoạn đỉnh điểm, khớp thần kinh vẫn có thể tăng lên nhờ sự luyện tập. Nhưng chỉ là tăng được ở một mức độ không thể hiện được trên đường cong của sơ đồ. Nếu số lượng khớp thần kinh tăng lên thì các tế bào thần kinh đã được kết nối sẽ mạnh hơn. Do đó, điều quan trọng là tiếp tục thực hiện phương pháp để gây kích thích cho não bộ trẻ.

Suy nghĩ

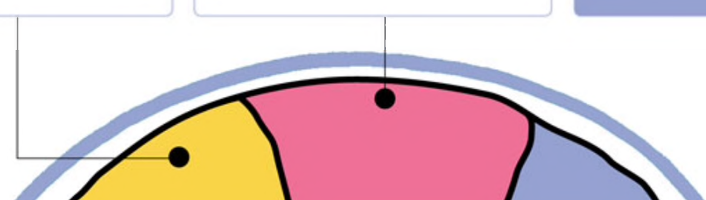
Vùng vỏ não trước trán hoạt động sẽ giúp trẻ quyết định một việc gì đó, thực hiện hành động bắt chước, phỏng đoán hành động tiếp theo, ghi nhớ tạm thời.

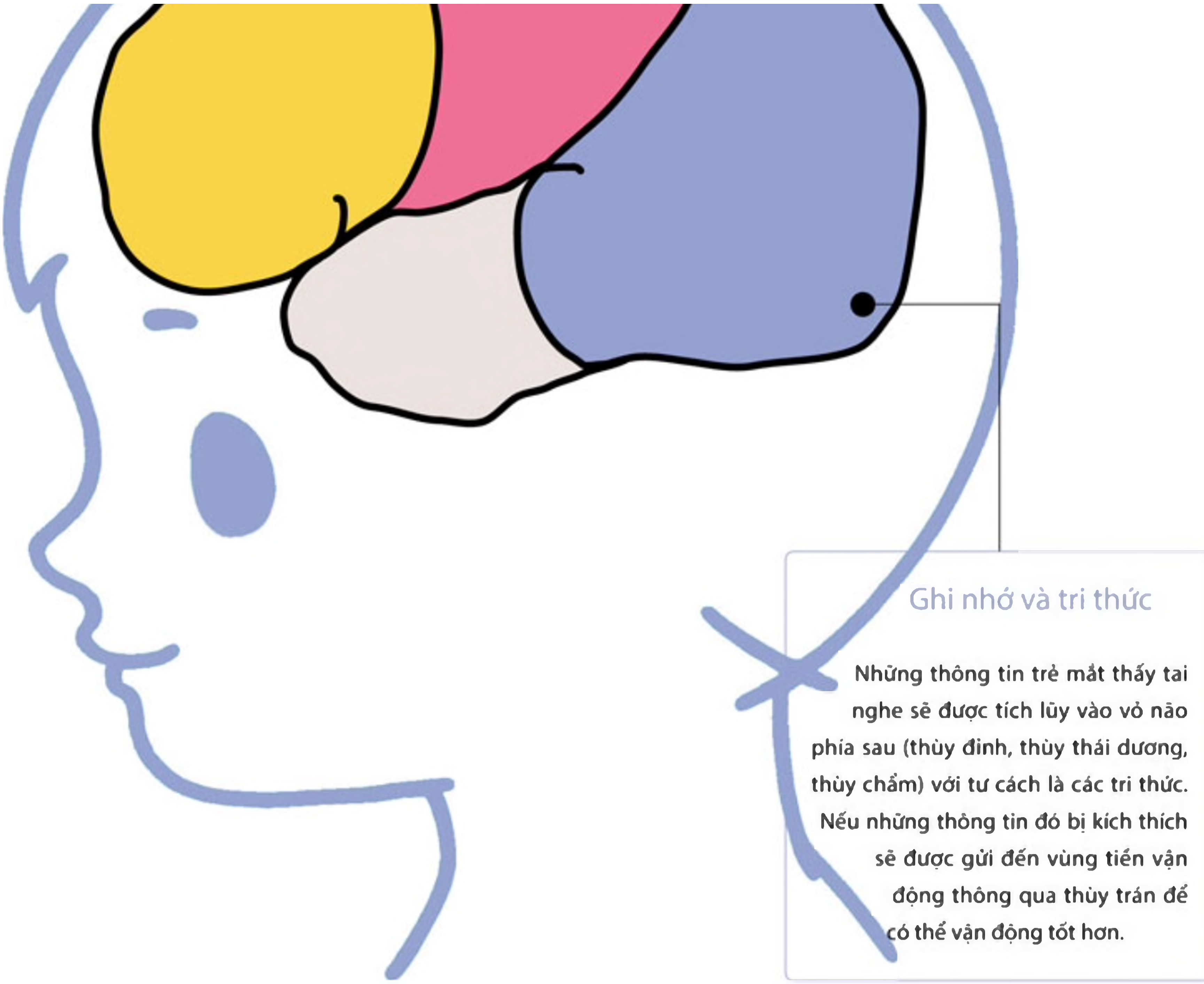
Vận động

Thông tin đã được quyết định ở vùng vỏ não trước trán sẽ được gửi đến vùng vận động thông qua vùng vận động bổ sung, sau đó được truyền tới cơ bắp, nơi thực hiện vận động thực sự. Ngoài những phản ứng do phản xạ, còn lại tất cả các hoạt động đều thông qua vùng vận động.

NÃO BỘ CỦA TRẺ 1 TUỔI

Bắt đầu có sự liên hệ giữa suy nghĩ, ghi nhớ và hành động



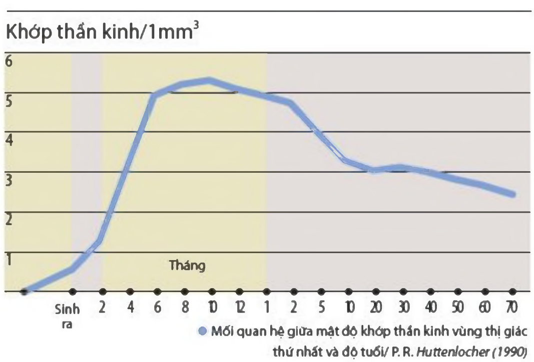

Ghi nhớ và tri thức
Những thông tin trẻ mắt thấy tai nghe sẽ được tích lũy vào vỏ não phía sau (thùy đỉnh, thùy thái dương, thùy chẩm) với tư cách là các tri thức. Nếu những thông tin đó bị kích thích sẽ được gửi đến vùng tiền vận động thông qua thùy trán để có thể vận động tốt hơn.

TẾ BÀO THẦN KINH VÀ KHỚP THẦN KINH CHỈ HUY NÃO BỘ LÀM VIỆC

Tạo nên các mạch thần kinh để truyền đạt thông tin mạnh hơn, nhanh hơn

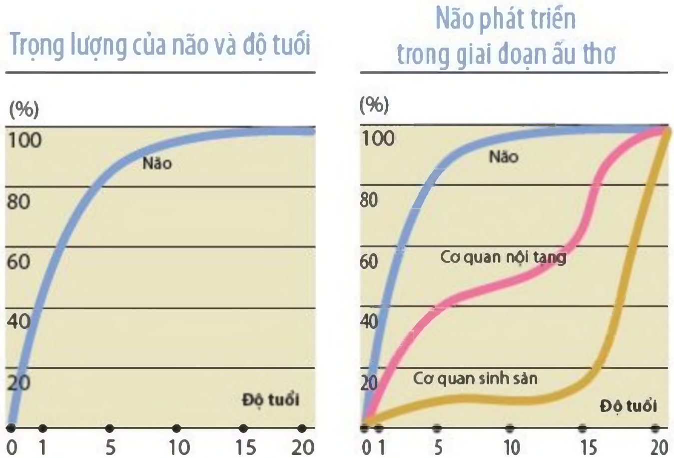
Khớp thần kinh và độ tuổi

Khớp thần kinh/1mm³



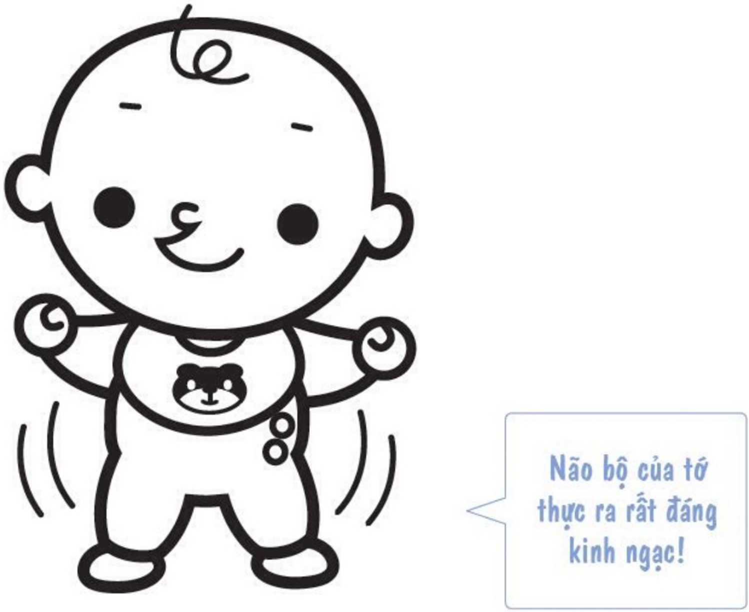
Lượng khớp thần kinh của vùng thị giác đạt đỉnh điểm ở 8 tháng tuổi, trong giai đoạn này, những hoạt động cơ bản của thị giác đã hoàn thiện.

Tương tự như vậy, ở các vùng khác cũng có giai đoạn đỉnh điểm của các khớp thần kinh.



Theo nguồn "Sự tăng trưởng và phát triển của não bộ" / "Sự phát triển của não bộ và cơ thể trẻ" (1981/Kubota Kisou)

Đến 5 tuổi, não trẻ đã to gần bằng não người trưởng thành. Não lớn dần lên thể hiện rằng giữa các tế bào thần kinh đã hình thành các liên kết nhờ vào các khớp thần kinh để hoạt động tốt.

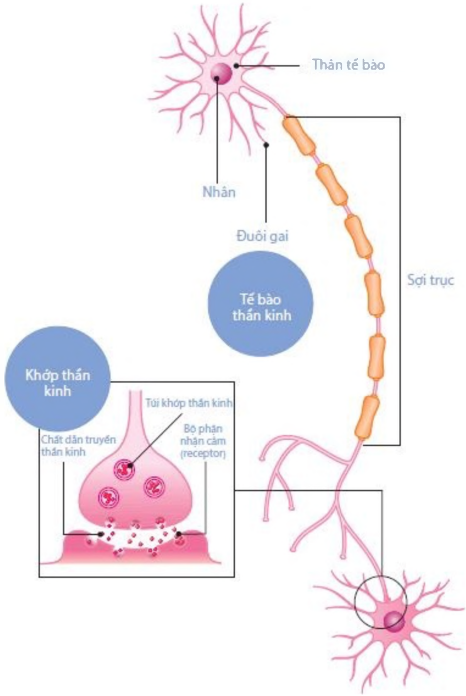


So với các bộ phận khác, sự tăng trưởng của não bộ rất nhanh. Điều quan trọng là phải sớm lặp đi lặp lại các kích thích cho não bộ của trẻ nhằm kết nối các mạch thần kinh càng nhiều càng tốt.

Luyện tập lặp đi lặp lại nhiều lần sẽ làm tăng các mạch thần kinh

Trong não có các tế bào thần kinh được hình thành từ ba nhân tố là thân tế bào mang nhân, phần đuôi gai kéo dài ra từ thân tế bào và sợi trục. Đầu sợi trục sẽ liên kết với đuôi gai của tế bào thần kinh khác tạo nên mạch thần kinh để thông tin được truyền đạt qua.

Người ta gọi chung phần kẽ hở giữ vai trò kết nối đuôi gai với đầu sợi trục là khớp thần kinh, các khớp thần kinh được tạo ra nhờ việc bắt não bộ làm việc để sử dụng các tế bào thần kinh. Có nghĩa là nếu chúng ta tăng cơ hội để não bộ suy nghĩ và hành động, số lượng các khớp thần kinh cũng từ đó tăng lên, như vậy sẽ càng nhiều các mạch thần kinh được hình thành.



Trong túi khớp thần kinh có chất dẫn truyền thần kinh. Nếu thông tin thần kinh được truyền đến, túi khớp thần kinh sẽ di chuyển, chất dẫn truyền thần kinh được phát ra và bộ phận nhận cảm (receptor) sẽ tiếp nhận.

Nhưng, não bộ có sức tăng trưởng đáng kinh ngạc của trẻ cũng có cơ chế loại bỏ dần các mạch thần kinh không sử dụng đến. Tuy nhiên, việc sử dụng não bộ thông qua luyện tập sẽ làm tăng các khớp thần kinh, giúp kết nối được các mạch thần kinh. Do đó, cần giúp trẻ học tập hàng ngày, thường xuyên thay đổi cách học để trẻ không chán, cần kiên trì luyện tập lặp đi lặp lại nhiều lần để trẻ thành thạo và dần dần vận dụng được vào cuộc sống.

Hơn nữa, người ta nói rằng vùng số 10 (vùng trước trán), nằm ở phía ngoài cùng của vùng vỏ não trước trán, là vùng chỉ có ở con người, hầu như chỉ bắt đầu làm việc từ khoảng 5 tuổi. Nhưng chúng ta có thể thúc đẩy nó làm việc từ khi 1 tuổi. Vùng trước trán này là vùng hoạt động khi ta tiến hành đồng thời hai việc. Ví dụ, nếu ta vừa đi bộ vừa làm một việc gì đó thì các tế bào thần kinh ở vùng ấy sẽ kết nối với nhau nhờ vào các khớp thần kinh, và mạch thần kinh sẽ được tạo ra giúp cho vùng này hoạt động.

Tất nhiên, đây là điều khó với một đứa trẻ 1 tuổi nhưng nếu bạn kiên trì hướng dẫn trẻ bằng tất cả tình yêu thương thì vùng trước trán của trẻ cũng có thể làm việc từ rất sớm.

VÙNG VỎ NÃO TRƯỚC TRÁN QUYẾT ĐỊNH TRÍ THÔNG MINH CỦA TRẺ

"Làm thêm việc gì đó khi đi bộ" giúp tạo nên bộ não thiên tài

Rèn luyện từ sớm "vùng số 10"- vùng chỉ có ở con người

Ở đây tôi xin giải thích một chút về não bộ để các bạn có thể sử dụng quyển sách này một cách hiệu quả. Hình vẽ ở trang bên phải là "Bản đồ vỏ não Brodmann" đã chia não bộ thành 52 vùng dựa vào hoạt động của đại não và được đánh số tương ứng như hình vẽ trong bản đồ.

Đại não được chia thành 5 thùy đó là: thùy trán, thùy đỉnh, thùy chẩm, thùy thái dương và thùy đảo, người ta gọi phần phía trước của thùy trán là vùng vỏ não trước trán.

Trong cuốn sách này, tôi có nhắc nhiều đến thuật ngữ gọi là vùng vỏ não trước trán, đó chính là "nơi suy nghĩ" quyết định ra tất cả các hành động. Ví dụ vùng số 46 giúp con người ghi nhớ sự vật, sự việc tạm thời (trí nhớ làm việc), vùng số 44 giúp con người phán đoán hành động tiếp theo hay bắt chước... Hoặc khi chúng ta đi bộ hay sử dụng tay chân theo ý thức của mình thì nhất định vùng số 46 sẽ làm việc để quyết định xem sẽ hoạt động như thế nào, sau đó truyền đạt thông tin đó đến vùng vận động (vùng

số 6 và vùng số 4) rồi mới xảy ra hành động thực tế.

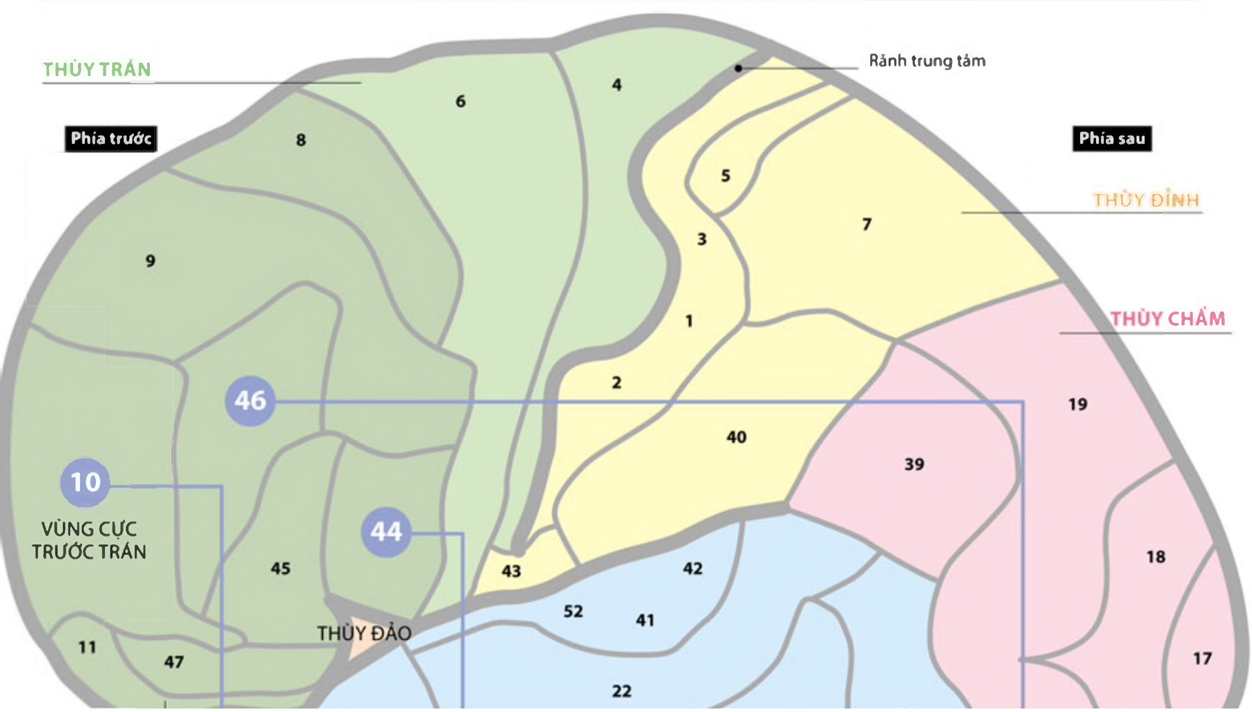
Vùng số 10 nằm phía ngoài cùng của vùng vỏ não trước trán, là vùng đặc biệt chỉ có ở con người, vùng này làm việc khi chúng ta “Tiến hành đồng thời hai việc”, “Tiến hành công việc có thứ tự”, “Kiểm soát tình cảm”. Nếu kiên trì luyện tập vùng này sẽ giúp trẻ dễ dàng giải quyết các công việc. Vùng này phát triển mạnh nhất từ khoảng 5 tuổi.

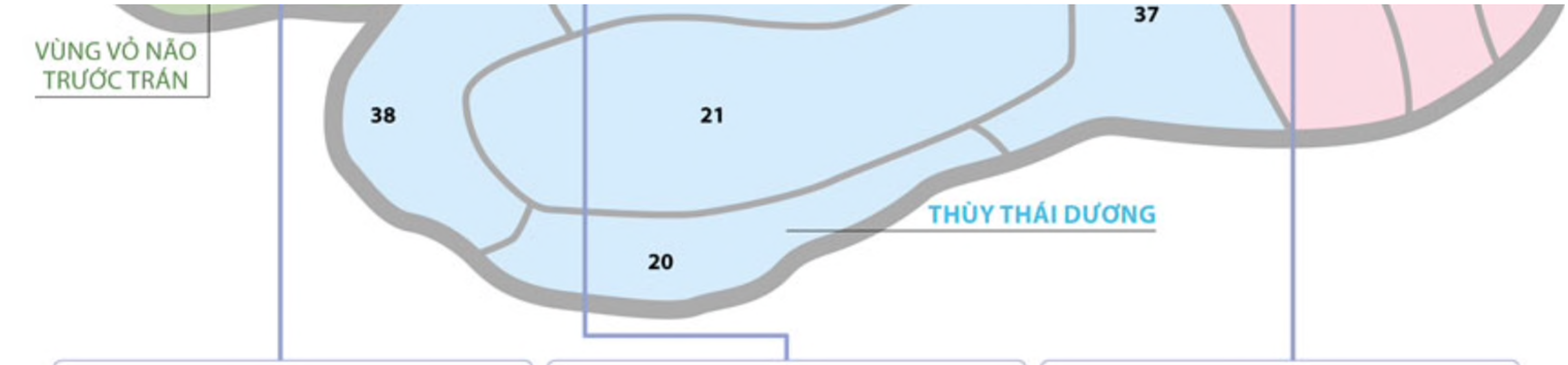
Đối với trẻ 1 tuổi, chúng ta có thể gây kích thích cho vùng số 10 bằng cách “vừa đi bộ vừa làm một việc gì đó” hoặc hành động hay thao tác hai việc cùng một lúc.

Bạn vừa cho trẻ đi bộ vừa nhìn cảnh vật xung quanh, nói chuyện với trẻ hay cho trẻ dừng lại để chạm vào một cái gì đó sẽ là bài tập rất tốt để luyện tập vùng vỏ não trước trán cũng như vùng số 10 cho trẻ.

Bạn hãy dành nhiều thời gian để cho trẻ có nhiều phát hiện và trải nghiệm, như vậy sẽ thúc đẩy vùng số 10 của trẻ phát triển.

Bản đồ vỏ não Brodmann





VÙNG SỐ 10

Đây là vùng quan trọng để thực hiện các "hành động có ý thức", nó làm việc để suy nghĩ những sự vật, sự việc phức tạp như sáng tạo hay kiểm soát tình cảm. Vùng trước trán cũng tương tự như vậy.

VÙNG SỐ 44

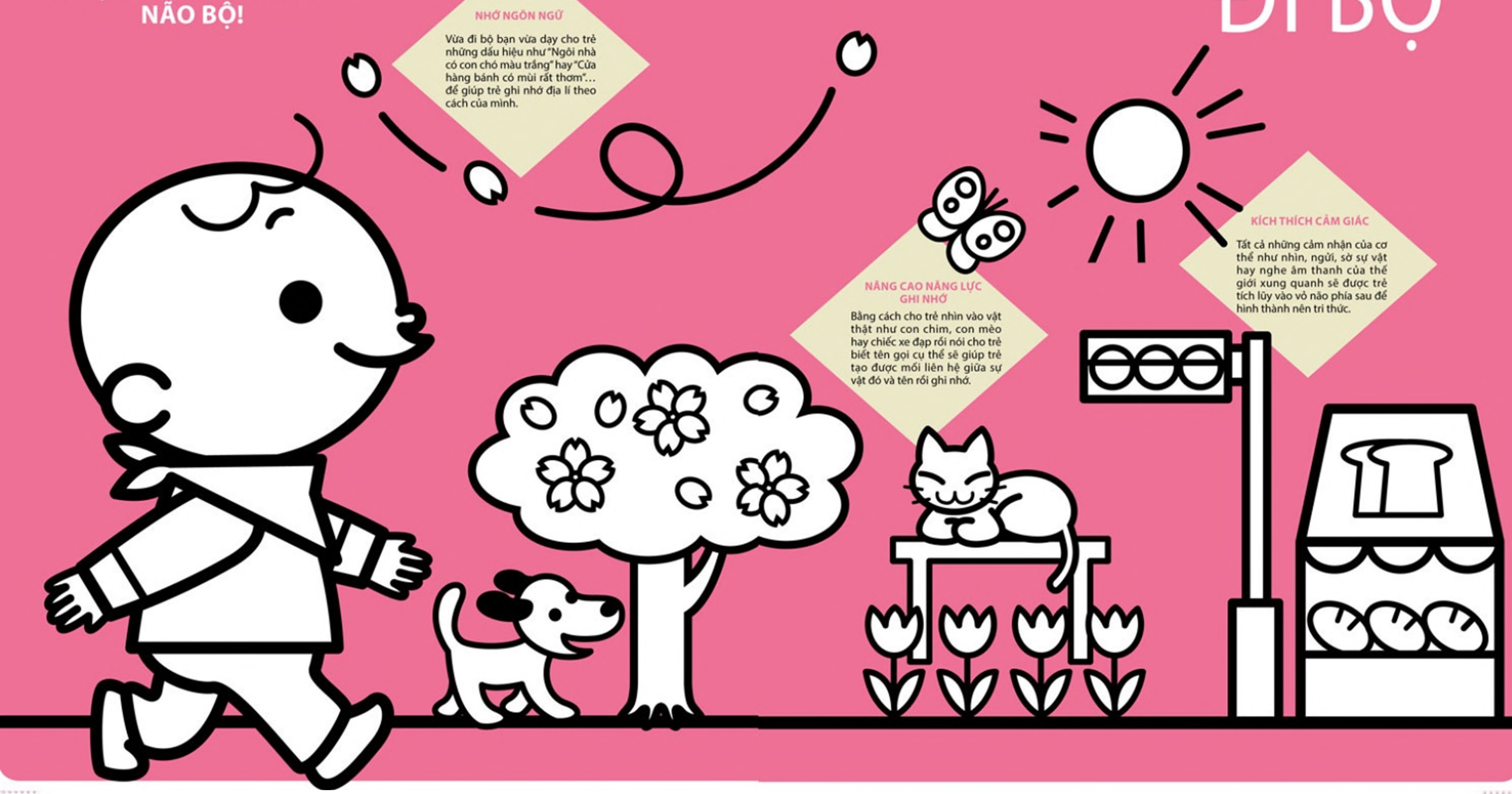
Vùng này làm việc để hiểu xem đối phương đang nghĩ gì hay để bắt chước làm điều gì đó. Vùng này cũng làm việc cả khi dự đoán sự vật, sự việc.

VÙNG SỐ 46

Đây là vùng "quyết đoán", khi có hành động nào đó sắp xảy ra, vùng này làm việc trước tiên. Đây cũng là vùng lưu trữ trí nhớ làm việc.

ĐI DẠO GIÚP KÍCH THÍCH NÃO BỘ!

ĐI BỘ



ĐI BỘ GIÚP TRẺ THÔNG MINH HƠN

Vừa đi bộ vừa rèn luyện vùng vỏ não trước trán

Bước đầu tiên để sử dụng tay

Con người có não bộ phát triển to hơn hẳn các loài động vật khác. cùng với não phát triển, con người đã có thể sử dụng hai bàn tay một cách linh hoạt và khéo léo.

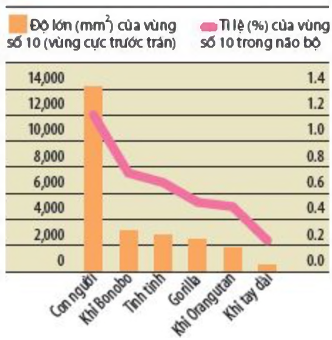
Chúng ta có thể rèn luyện não bộ bằng những hành động như "đi bộ" và "chạy". Khi đi được một bước có nghĩa là vùng vỏ não trước trán nằm ở thùy trán phải suy nghĩ, phán đoán rồi quyết định xem nên bước theo hướng nào, cần bao nhiêu sức lực, với độ rộng như thế nào và khi nào thì bước đi.

Những thông tin đã quyết định đó sẽ được truyền tới vùng vận động thông qua vùng vận động bổ sung rồi mới trở thành vận động cơ chân. Vùng vận động bổ sung là nơi sẽ làm việc nhờ vào những vận động lặp đi lặp lại, nhưng gần đây người ta phát hiện ra rằng kể cả ý thức "sẽ vận động chân" cũng xảy ra ở vùng này.

Hơn nữa, những thông tin mà não bộ có được mỗi khi đi bộ, nhìn ngắm cảnh vật xung quanh, nghe âm thanh và chạm vào sự vật sẽ được tích lũy làm tri thức ở vùng phía sau não bộ (thùy đỉnh, thùy thái dương, thùy chẩm). Nếu đi qua những con đường giống nhau thì những tri thức đó sẽ được truyền tới vùng vận động thông qua vùng tiền vận động. Vùng tiền vận động này là nơi tạo ra tri thức và các liên hợp vận động (kết hợp khớp thần kinh), vùng này làm việc để giúp hoạt động nhanh, chính xác và thành thạo.

Với trẻ 1 tuổi, khi biết đi là đã bước vào giai đoạn tiến hóa cuối cùng của con người. Ở giai đoạn này, chúng ta cần cho trẻ đi bộ nhiều bên ngoài, học hỏi nhiều kinh nghiệm để não bộ, đặc biệt là vùng vỏ não trước trán, phát triển.

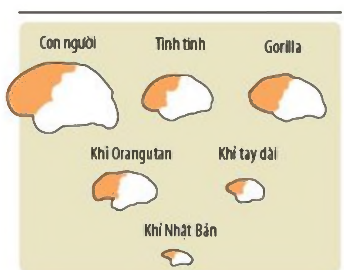
ĐỘ LỚN CỦA VÙNG SỐ 10



Đây là sơ đồ so sánh độ lớn của vùng số 10 trong não bộ. Ngay cả ở vùng vỏ não trước trán thì vùng số 10 cũng là vùng đặc biệt của con người.

- So sánh vùng số 10 (vùng trước trán)/ Semendeferi (2001)

ĐỘ LỚN CỦA NÃO BỘ



Đây là bảng so sánh độ lớn của não bộ và độ lớn của thùy trán. Qua bảng này, ta có thể thấy tương quan độ lớn của não người so với các loài khác.

- Độ lớn của thùy trán/ Brodmann (1909, diện tích bề mặt), Blink và

Glaser (1909, diện tích bề mặt), *Semendeferi (2002, dung lượng não)*

Nếu não bộ không quyết định sẽ không thể bước đi được!



ĐI BỘ ĐÚNG CÁCH

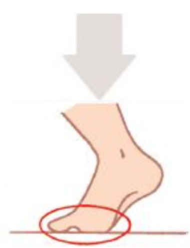
Đi đúng cách sẽ nuôi dưỡng năng lực tập trung!

Đi đúng cách là đặt gót chân xuống đất rồi dẫm lòng bàn chân lên mặt đất, khi định nhấc chân lên khỏi mặt đất sẽ dẫm phần vòng cong (phần nhô lên hình cầu dưới ngón chân cái) xuống mặt đất. Trẻ mới biết đi thì chỉ có thể bước chập chững. Bạn hãy nhìn lòng bàn chân của trẻ. Vì lòng bàn chân trẻ khá bằng phẳng không có cảm giác tiếp xúc với mặt đất nên trẻ đi kiểu chập chững. Quá trình tập đi dần dần sẽ giúp trẻ học được cách đi đúng. Bạn hãy chú ý để trẻ biết cách đi đúng, không bị tật. Nếu trẻ đã biết cách đi đúng thì trẻ sẽ có tư thế ngồi nghiêm chỉnh, duy trì được năng lực tập trung.



Đặt gót chân xuống đất

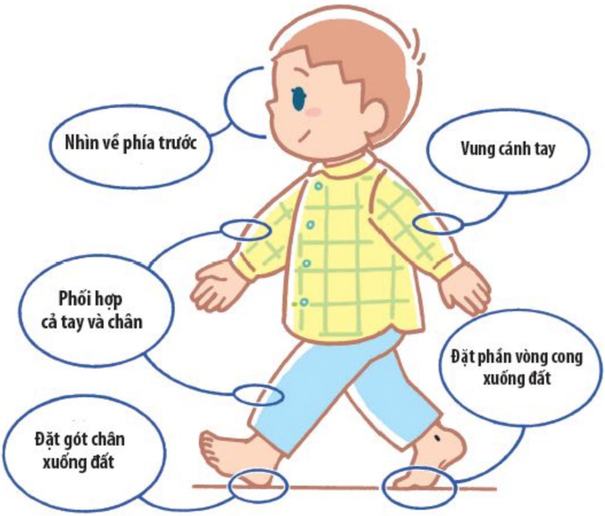
Hãy chú ý làm theo thứ tự cong đầu gối, đưa chân về phía trước, kéo căng đầu gối rồi đặt gót chân xuống đất.



Dẫm phần vòng cong (phần nhô lên hình cầu dưới ngón chân

cái) xuống mặt đất

Đưa trọng lượng cơ thể dần dần chuyển động từ gót chân ra phía trước, đặt phần vòng cong và ngón chân cái lên mặt đất rồi chuẩn bị nhấc mạnh lên.



Luyện tập dẫm chân

Để trẻ đi đúng cách, chúng ta hãy giúp trẻ biết cảm giác đúng về lòng bàn chân bằng cách tập cho trẻ dẫm chân. Điều quan trọng là phải chú ý bắt đầu dẫm chân từ trạng thái đã đặt gót chân sát mặt đất, rồi khi nhấc gót chân lên thì phải đặt sát phần vòng cong (phần nhô lên hình cầu dưới ngón chân cái) xuống đất. Bạn hãy đặt tay lên mu bàn chân của bé để giúp bé hoạt động đúng, sau đó đổi chân và luyện tập lặp đi lặp lại nhiều lần.



Bạn hãy tăng giảm lực của tay mình ấn vào mu bàn chân của trẻ để khi trẻ nhấc gót chân lên, phần vòng cong (phần nhô lên hình cầu dưới ngón chân cái) sẽ đặt sát xuống mặt đất.

TÌM HIỂU VỀ NÃO BỘ

Đi đúng cách sẽ giúp trẻ không chạm cả bàn chân xuống đất

Để đi đúng cách, trước tiên trẻ phải biết đứng đúng cách. Hai gót chân, phần vòng cong và ngón chân cái phải chạm đất. Hai tay giơ ra và mặt hướng về phía trước. Với trẻ chưa biết đi thì khi đi cả lòng bàn chân của trẻ sẽ dính chặt xuống đất. Khi đi thành thục, trẻ sẽ học được cách không chạm cả bàn chân xuống đất.

ĐIỂM LƯU Ý

Lòng bàn chân trẻ



Phần vòng cong là phần nhô lên hình cầu dưới ngón chân cái. Chúng ta hãy tập cho trẻ dẫm chân để cảm nhận được phần này. Ta gọi số đo vòng quanh sát ngón chân này là độ rộng bàn chân. Số đo này cũng cần thiết khi đi mua giày cho trẻ nên bạn hãy ghi lại. Trẻ chưa biết đi vững thường dẫm toàn bộ bàn chân lên mặt đất, vì vậy hãy tập cho trẻ đi nhiều để có thể không phải dẫm toàn bộ lòng bàn chân xuống đất.

CHUẨN BỊ ĐI DẠO

Bằng cách nói với trẻ trước khi hành động, bạn sẽ giúp trẻ phát triển vùng vỏ não trước trán

Khi định đi ra ngoài, nhất định bạn phải nhìn vào trẻ và nói: “Mẹ con mình đi công viên nhé” hay “Mẹ con mình đi dạo nhé”. Cùng trẻ đi ra ngoài có nghĩa là hoạt động cộng đồng mà trẻ cùng làm với mẹ. Bạn đừng ép buộc trẻ mà hãy nhìn trẻ và nói “Mẹ muốn đi chơi quá” để trẻ biết cảm giác của mình rồi chờ xem phản ứng của trẻ. Nếu thấy trẻ muốn đi thì hãy cho trẻ đi cùng. Điều quan trọng ở đây là việc tôn trọng cảm giác của nhau. Chỉ cho trẻ đi ra ngoài cùng khi trẻ muốn đi. Bạn hãy khơi gợi để trẻ có hứng thú muốn đi ra ngoài.



Khi trẻ không hứng thú

Bạn có thể dùng kẹo hay đồ chơi mà trẻ thích để khơi gợi cho trẻ cảm

giác muốn đi. Đôi khi cũng có trường hợp mới đầu trẻ không muốn đi nhưng khi đi ra ngoài rồi trẻ lại thấy thích thú. Cho nên, bạn hãy quan sát trẻ rồi xử trí, tùy cơ ứng biến để trẻ có thể đi dạo một cách vui vẻ.



Đi dạo là hoạt động cộng đồng. Trước khi đi dạo, bạn nhất định phải nói trước và quan sát phản ứng của trẻ.

TÌM HIỂU VỀ NÃO BỘ

Khi mẹ nói chuyện với trẻ, vùng số 44 sẽ làm việc

Khi đi ra ngoài, bạn sẽ đi giầy và tất cho trẻ. Bạn hãy để giầy và tất ở bên trái và bên phải trước mắt trẻ và luyện tập để trẻ có thể tự lấy và đi đúng thứ tự. Hãy nhìn và giao tiếp với trẻ bởi như vậy sẽ giúp bạn và trẻ hiểu nhau hơn. Nếu cả hai đều có nét mặt thể hiện rằng bây giờ sẽ đi dạo và

đồng cảm với nhau thì vùng số 44 của vùng vỏ não trước trán sẽ làm việc.

ĐIỂM LƯU Ý

Thúc đẩy hành động tự phát



Việc tạo cặp dấu hiệu lặp đi lặp lại cùng với hành động sẽ giúp thúc đẩy hành động tự phát. Chú chó của Pavlov đã được tạo một thói quen là trước khi ăn cơm sẽ được nghe tiếng chuông, từ đó cứ nghe thấy tiếng chuông kêu là chú chó biết rằng đã đến giờ ăn cơm. Tương tự như vậy, chỉ cần nghe từ “đi dạo” là trẻ có thể tự chuẩn bị đồ cho mình và sẵn sàng đi.

ĐI ĐẾN ĐÍCH

Dạy cho trẻ tận hưởng niềm vui khi đạt được mục đích

Trước tiên, bạn hãy quyết định đích đến. Nếu không có việc gì thì hãy đến công viên có nhiều trẻ con chơi. Khi đã quyết định được nơi sẽ đến, chúng ta cùng bắt đầu bài tập đi đến đích. Có 7 điểm cần chú ý như sau:

1. Vừa đi vừa vung tay

2. Giúp trẻ đi lại an toàn

3. Mẹ đi phía đường gần làn xe

4. Để trẻ hướng mặt về phía trước

5. Mẹ và trẻ đi cùng nhịp với nhau

6. Đi phải quan sát chú ý xung quanh

7. Mặc quần áo dễ di chuyển

Trẻ mới biết đi chập chững nên hãy để trẻ đi tùy sức của mình, nếu trẻ không thể tiếp tục bước, bạn hãy bế hoặc địu trẻ. Khi đến đích, bạn hãy khen trẻ: "Con thật giỏi". Bạn có thể dùng dây đai buộc vào cổ tay (như hình vẽ) để trẻ có thể thoải mái vung tay khi bước.



Sử dụng tốt xe đẩy

Nếu bạn chưa biết trẻ có thể đi bộ được bao xa, hãy cứ mang theo xe đẩy. Hãy để trẻ đi bộ đến khi nào chúng muốn, nếu trẻ mệt, hãy để trẻ ngồi xe đẩy. Khi trẻ ngồi trên xe đẩy, bạn hãy cố gắng nói chuyện liên tục với trẻ cho tới khi đến đích.



Khi bạn đẩy xe và để trẻ đi bộ, hãy dùng dây đai buộc vào tay trẻ để đảm bảo an toàn.

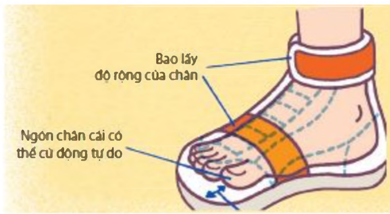


Nếu trẻ mệt, đừng bắt trẻ cố đi nữa mà hãy để trẻ ngồi lên xe đẩy. Nguyên tắc là phải khiến "trẻ thấy vui khi đi dạo".

ĐIỂM LƯU Ý

Việc chọn giầy rất quan trọng

1. Giầy phải phù hợp với độ rộng của chân
2. Các ngón cái có thể cử động tự do
3. Phù hợp với lòng bàn chân
4. Cố định được gót chân



Bạn hãy kiểm tra tất cả các điểm trên rồi chọn giày cho trẻ. Thêm nữa, khi đi ra ngoài cũng cần kiểm tra đế giầy của trẻ. Bạn hãy kiểm tra cả hai bên chân nếu đế giầy bị mòn đều, không bị lệch thì trẻ đang đi đúng cách. Nếu bạn thấy đế giầy bị mòn lệch thì cần cho trẻ tập dẫm chân nhiều hơn để nhớ cảm giác về lòng bàn chân. Trong giai đoạn này, bạn cần sớm phát hiện ra các tật chân của trẻ để điều chỉnh.

TÌM HIỂU VỀ NÃO BỘ

Đi bộ có nhịp điệu bằng cách gợi chuyện với trẻ

Bạn hãy cho trẻ biết đích đến rồi bắt đầu đi bộ. Dù trẻ không nhớ đường cũng không sao, khi đến đích hãy nhìn vào trẻ và nói “đến đích rồi con yêu” và quan sát phản ứng của trẻ. Đi bộ cùng trẻ là hoạt động cộng đồng cần mang tính nhịp điệu. Bạn hãy đếm “1, 2...” để vận động tứ chi được nhịp nhàng.

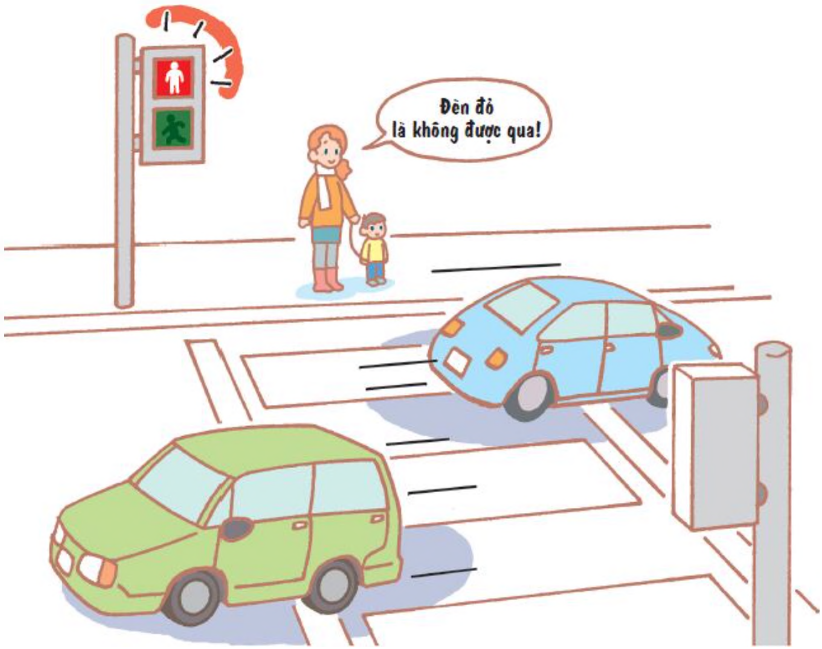
TÍN HIỆU ĐÈN GIAO THÔNG

Ghi nhớ quy tắc để qua đường an toàn

Đi dạo chính là cơ hội tốt để bạn dạy cho trẻ biết về quy tắc giao thông. Đặc biệt là thời kì này bạn có thể bắt đầu dạy cho trẻ biết về ý nghĩa của các tín hiệu đèn giao thông. Khi bạn và trẻ đi đến gần đèn tín hiệu giao thông, trước tiên bạn hãy nói cho trẻ biết "đây là đèn giao thông đấy con" để trẻ nhận thức về tín hiệu. Sau đó, bạn tiếp tục dạy trẻ về màu sắc và ý nghĩa các màu đèn tín hiệu như "màu đỏ là dừng lại", "màu xanh là có thể đi qua" còn "màu vàng là hãy chú ý"... Khi trẻ đã biết đi vững vàng thì những lúc chờ đèn giao thông, bạn hãy dạy trẻ kỹ hơn như:

- Đèn tín hiệu giao thông có ba màu là đỏ, vàng, xanh.
- Sau đèn màu vàng sẽ đến đèn màu đỏ nên phải chú ý.
- Sau đèn màu đỏ sẽ đến đèn màu xanh nên có thể đi qua đường.


Đèn xanh rồi,
mẹ con mình
đi thôi!



Đèn tín hiệu ở đường dành cho người đi bộ có 2 màu: xanh và đỏ. Bạn hãy dạy cho trẻ biết màu đỏ thì dừng lại, còn màu xanh thì được đi tiếp.

TÌM HIỂU VỀ NÃO BỘ

Bạn nhất định phải giải thích cho trẻ

Bạn hãy giải thích cho trẻ đèn tín hiệu giao thông có 3 màu: đỏ, vàng, xanh và ý nghĩa của từng màu. Có thể lúc đầu trẻ chưa hiểu nhưng nhất định bạn phải giải thích cho trẻ. Bạn hãy dạy để trẻ biết rằng màu đỏ là dừng lại, màu xanh là có thể đi tiếp. Bạn cũng cần tập cho trẻ khi đi qua đường cần đi nhanh chân. Trẻ sẽ tự quyết định tốc độ di chuyển. Kể cả khi di chuyển hay khi dừng lại thì vùng vỏ não trước trán của trẻ cũng sẽ làm việc. Khi sang đường, bạn cần nhìn kỹ trái, phải, trước, sau.

ĐIỂM LƯU Ý

Dạy cho trẻ quy tắc

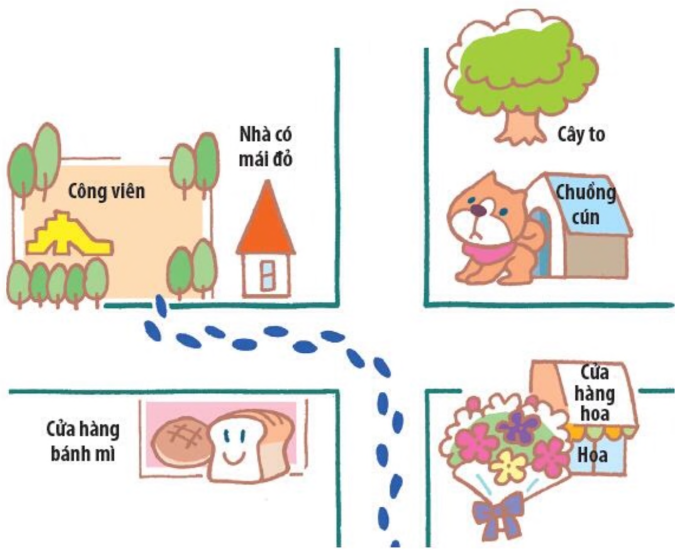


Đối với trẻ, sẽ rất khó để hiểu rằng "đèn đỏ thì phải dừng lại". Lúc đầu, bạn hãy dùng những từ ngữ mà khi ở nhà bạn dùng để cấm đoán không cho trẻ làm gì để bắt trẻ dừng lại. Ví dụ, nếu bạn hay dùng từ "không được" thì khi có tín hiệu đèn đỏ mà trẻ vẫn định đi, bạn hãy nói "không được" để trẻ biết rằng khi đó phải dừng lại.

NHỚ BẢN ĐỒ

Giúp trẻ hướng sự chú ý ra xung quanh

Khi đi bộ cùng với trẻ, bạn hãy hỏi chuyện trẻ những câu như “Đó là cái gì nhỉ?” để trẻ chú ý quan sát xung quanh mình. Tùy theo cách gợi chuyện của bạn, trẻ sẽ dùng mắt, tai, mũi hay các giác quan khác để quan sát rồi cố gắng phát âm ra để truyền đạt điều gì đó, như vậy sẽ giúp não trẻ làm việc một cách tích cực. Hơn nữa, những câu chuyện này sẽ giúp trẻ biết được cảnh vật xung quanh đường đến công viên hay những điều cần biết khi đi bộ. Bạn hãy tìm ra những đặc điểm cho trẻ dễ hiểu, dễ nhớ như ngôi nhà, con vật hay đồ trang trí... để làm dấu hiệu cho trẻ, giúp trẻ dần dần ghi nhớ. Khi về nhà, bạn hãy vẽ ra thành bản đồ rồi gợi lại để giúp trẻ hồi tưởng.



TÌM HIỂU VỀ NÃO BỘ

Hồi tưởng lại sẽ giúp trẻ ghi nhớ chính xác



Khi đi bộ, bạn hãy dạy cho trẻ biết ở đâu có cái gì. Bạn hãy chỉ tay và nói "kia là cửa hàng bán bánh mì", lúc đầu chỉ cần dạy cho trẻ danh từ cố định. Sau đó, bạn hãy hỏi trẻ "con đã nhìn thấy cửa hàng bánh đúng không?" để trẻ nhớ lại. Những ký ức khi đi bộ sẽ được lưu giữ là ký ức làm việc (vùng số 46), khi về nhà sẽ trở thành ký ức được lưu giữ ở thùy thái dương rồi trở thành ký ức kinh nghiệm. Chúng ta tạo "bản đồ" trong đầu trẻ để hình thành tri thức chính xác (ký ức kinh nghiệm).

ĐẾM SỐ

Dạy cho trẻ số 1 và 2

Đi dạo là cơ hội để trẻ tiếp xúc với nhiều con số. Trước tiên, bạn hãy bắt đầu cho trẻ ghi nhớ số 1 và số 2. Hãy tạo cho trẻ có thói quen đếm to số xe ô tô, tàu điện hay số lượng của bất kỳ vật gì trên đường. Hơn nữa, khi bước đi, hãy cùng đếm "một, hai, một, hai..." để trẻ cảm nhận được các con số và ghi nhớ chúng. Khi trẻ đã đếm được ở một mức nào đó, bạn hãy đặt ra một đích đến rồi đếm ngược lại "ba, hai, một" và dừng lại ở số "0". Bằng cách lặp đi lặp lại như thế nhiều lần, ta có thể dạy cho trẻ biết số 0 là không có gì (khái niệm của số 0).



Khi đi bộ cùng trẻ, đừng chỉ đi bộ đơn thuần mà hãy đếm số "một, hai, một, hai" cùng với nhịp bước chân.

TÌM HIỂU VỀ NÃO BỘ

Dần dần tăng số đếm

Khi cùng trẻ đi bộ đến một nơi nào đó, bạn hãy dùng các số đếm "1, 2" để trẻ biết đến các con số. Khi trẻ đã biết được sự khác nhau giữa 1 và 2 thì ngoài các con số đơn thuần, bạn hãy dạy cho trẻ cả về sự khác nhau trong thứ tự (thứ nhất, thứ hai). Khi dừng lại, hãy dạy cho trẻ biết số 0. Khi trẻ đã hiểu được những con số này, bạn hãy dần dần tăng số đếm lên 3, 4, 5...

ĐI NHANH VÀ THẲNG

Bắt vùng vỏ não trước trán làm việc tích cực

Giai đoạn này trẻ mới biết đi nên việc giữ thăng bằng và độ rộng bước chân vẫn chưa ổn định. Chúng ta cần luyện tập cho trẻ đi thẳng để khi ra ngoài trẻ có thể đi vững. Nếu vùng vỏ não trước trán không nghĩ đến nhiều thao tác như quyết định cự li, độ rộng, hướng đi, trẻ sẽ không thể đi thẳng được. Lúc đầu, bạn hãy làm mẫu cho trẻ, sau đó hãy cùng đi với trẻ. Nếu trẻ đã đi đường thẳng thành thạo, hãy vẽ hình chữ U để trẻ dù có đi thẳng vẫn quay lại chỗ ban đầu. Lúc này, bạn hãy chú ý xem trẻ đã làm được hai điểm sau chưa:

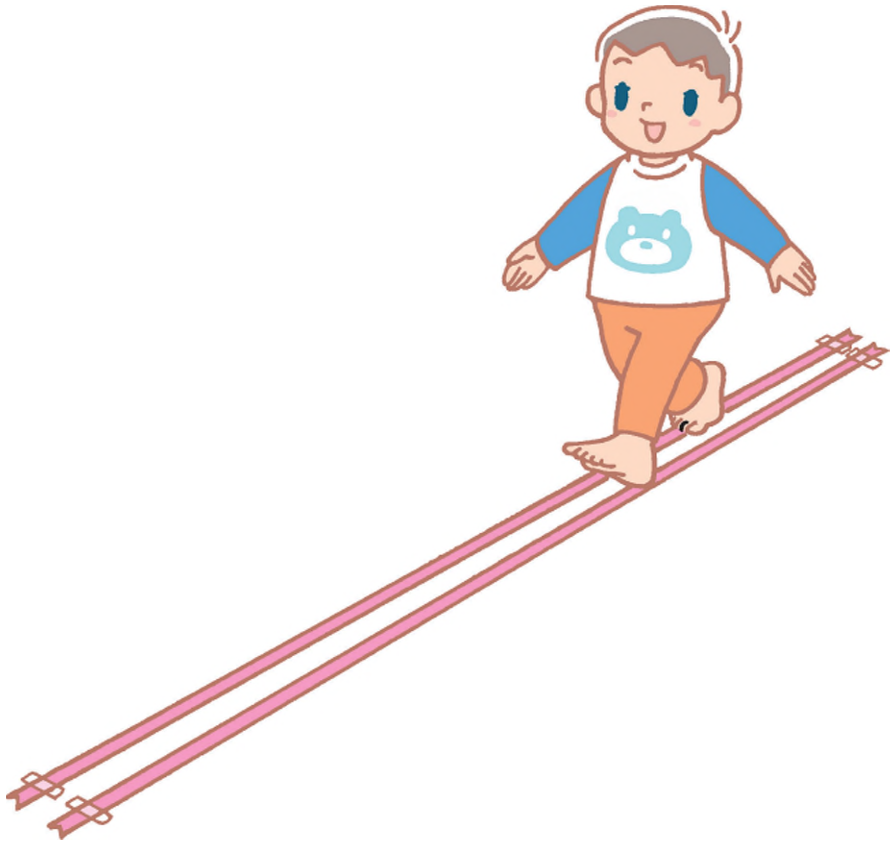
- Đi nhìn về phía trước
- Gót chân chạm đất rồi dẫm phần vòng cong (phần nhô lên hình cầu dưới ngón chân cái) xuống đất

Khi trẻ đã đi đúng cách, bạn hãy dạy cho trẻ cả cách vung tay rồi đi nhanh. Ngoài ra, bạn cũng dạy thêm cho trẻ cả cách đi ngang và đi lùi nữa.

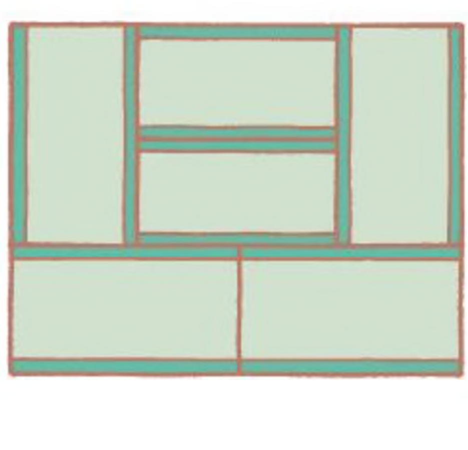


Tập đi vui vẻ ở trong nhà

Bạn hãy lấy dây ruy băng căng lên trên mặt sàn rộng hoặc dùng mép chiếu để trẻ tập đi dọc theo một đường thẳng. Như vậy, trẻ sẽ coi tập đi như là một trò chơi. Bạn hãy để ý xem trẻ có đi đúng cách không rồi cho trẻ đi lại nhiều lần.



Bạn hãy dùng sợi dây tạo thành hai đường kẻ cho chân trái và chân phải rồi cho trẻ đi trên hai đường kẻ đó.



Nếu sử dụng mép chiếu, bạn không chỉ luyện tập cho trẻ đi thẳng mà còn có các góc để tập cho trẻ rẽ. Hãy luyện tập để trẻ biết cách đi thẳng và rẽ một cách thành thạo.

TÌM HIỂU VỀ NÃO BỘ

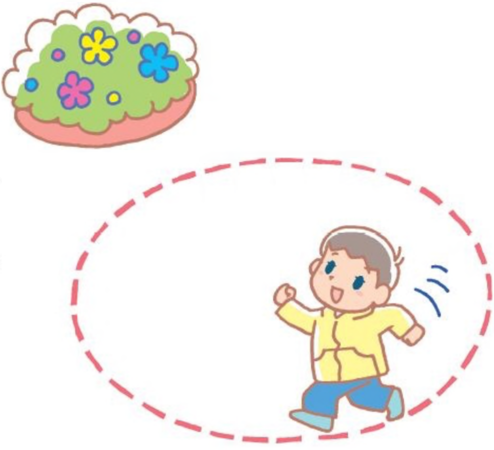
Chơi trò chơi khiến vùng số 10 làm việc

Khi trẻ đã biết đi thẳng, hãy tập cho trẻ đi nhanh để kích thích vùng vỏ não trước trán làm việc tích cực. Nếu trẻ đã làm được như vậy, khi trẻ đã đến đích, hãy vẽ theo hình chữ U để trẻ quay trở lại điểm xuất phát. Hơn nữa, hãy yêu cầu trẻ mang quả táo mà bạn đã đặt sẵn ở đó về. Bằng cách để trẻ làm một việc gì khác trong khi đang đi bộ sẽ khiến vùng số 10 (vùng trước trán) của trẻ làm việc. Ngoài ra, thời gian đi bộ dài nghĩa là trẻ có thể tập trung vào việc học và chơi nên hãy cố gắng để trẻ đi được càng lâu càng tốt, có thể bằng cách kéo dài đoạn đường đi.

ĐI VÒNG TRÒN

Tập để trẻ tự đi một mình

Nếu bạn thực hiện ở chỗ rộng như công viên thì hãy luyện tập cho trẻ đi vòng tròn. Lúc đầu bạn hãy đi cùng trẻ và đi theo vòng tròn to. Bạn hãy quyết định cho trẻ điểm xuất phát rồi cho trẻ đi bộ vòng quanh, như vậy sẽ dạy cho trẻ biết nếu đi vòng tròn sẽ quay về điểm ban đầu. Nếu trẻ đã biết đi vòng tròn, bạn hãy vẽ một vòng tròn lên mặt đất rồi để trẻ đi theo đường tròn đó một mình. Bạn hãy luyện tập để trẻ biết kết hợp hướng mắt nhìn và chuyển động cơ thể để đi đúng theo vòng tròn. Lúc đầu bạn hãy vẽ vòng tròn to rồi dần dần vẽ nhỏ lại. Nếu lúc đầu trẻ đi theo chiều kim đồng hồ thì sau đó bạn hãy cho trẻ đi theo chiều ngược lại. Khi trẻ đã đi tốt, hãy để trẻ đi dần hướng vào tâm hình tròn tạo nên hình xoáy trôn ốc.



TÌM HIỂU VỀ NÃO BỘ

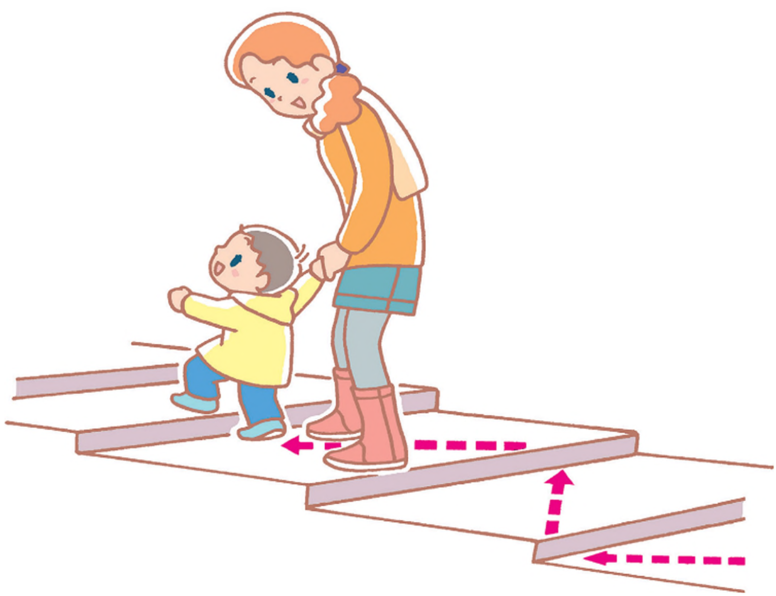
Kiểm soát sức căng chân tay bên trái và bên phải

Khoảng 3~4 tuổi, trẻ sẽ có thể đi bộ bằng hai chân thẳng như người lớn. Cho nên giai đoạn trước đó là trẻ tập đi. Khác nhau về sức căng của tay và chân giữa bên trái và bên phải sẽ giúp trẻ có thể đi theo vòng tròn. Khi trẻ đã có thể đi theo vòng tròn, bạn hãy dạy trẻ khái niệm về số là 1 vòng, 2 vòng và ý nghĩa về vòng tròn lớn nhỏ.

LEO CẦU THANG

Luyện tập để trẻ đi bằng đầu ngón chân

Mặc dù chúng ta không để ý nhưng khi leo hoặc xuống cầu thang, chúng ta chỉ sử dụng đầu ngón chân. Với trẻ chưa đi vững thì việc đi bằng đầu ngón chân khá nguy hiểm nên ở những chỗ đông người như ở nhà ga hay trung tâm mua sắm, bạn hãy dắt trẻ. Khi đi ở những cầu thang ít bậc hoặc bậc thang rộng như ở công viên, bạn hãy khuyến khích trẻ đi theo đường dích dắc. Đối với trẻ ở giai đoạn này, đừng nên cố ép buộc trẻ leo cầu thang mà nên tập cho trẻ cách đi đúng ở bất cứ đâu.



Hãy chọn đường đi để trẻ vừa tập được cách đi bộ đúng vừa có thể leo cầu thang.

TÌM HIỂU VỀ NÃO BỘ

Luyện tập nhiều cách đi

Khi đi cầu thang, rất khó để tập đi đúng theo cách đặt gót chân xuống trước mà sẽ dùng đầu ngón chân. Đây là cách đi của khỉ và những loài động vật bốn chân không có gót chân. Trọng tâm cơ thể ở phía trên rốn sẽ cảm thấy không ổn định. Đi bằng đầu ngón chân là bài tập khi trẻ đã đi được đúng cách. Bạn hãy luyện tập cho trẻ để sau này dù đi đường dốc có độ nghiêng thì trẻ vẫn đi đúng cách được.

XÍCH ĐU VÀ CẦU TRƯỢT

Trò chơi để rèn luyện phản xạ mê lộ

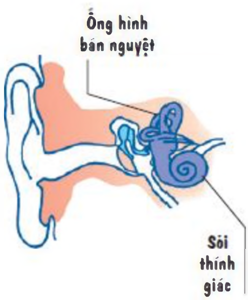
Xích đu và cầu trượt là những trò chơi rất thích hợp để rèn luyện phản xạ mê lộ cho trẻ. Cho nên bắt đầu từ giai đoạn này, bạn hãy tích cực cho trẻ chơi những trò chơi này. Mê lộ là tên gọi của nơi có các ống hình bán nguyệt và sỏi thính giác nằm sâu bên trong tai. Cơ thể người sẽ làm việc để vẫn có thể xử lí một cách linh hoạt dù có cử động đầu sang trái, sang phải, ra trước, ra sau Đi bộ nên bằng cách rèn luyện mê lộ sẽ giúp ta có thể đi lại được một cách chắc chắn và ít bị ngã. Với trẻ giai đoạn này, bạn hãy bắt đầu từ việc đặt trẻ lên đùi mình rồi từ từ đạp xích đu nhẹ nhẹ để trẻ không thấy sợ. Nếu trẻ đã quen với xích đu, bạn hãy chuyển sang cầu trượt. Nếu bạn không có cầu trượt nhỏ thì hãy đặt trẻ lên đùi và trượt cùng trẻ.



Bộ phận nào sẽ có vai trò giữ thăng bằng?

Khi xoay	Ống hình bán nguyệt		
Khi vận động gia tốc	Sỏi thính giác	Phương thẳng đứng	Túi hình bầu dục
		Phương hướng ra sau, trước	Túi hình cầu

- Nhờ vào phản xạ mê lộ mà chúng ta không bị ngã và vẫn có thể nhìn thấy sự vật khi cử động đầu.



TÌM HIỂU VỀ NÃO BỘ

Phản xạ mê lộ là gì?

Phản xạ mê lộ là việc cơ quan cảm giác ở mê lộ nằm phía sâu trong tai được kích thích khi đầu vận động. Nếu phản xạ mê lộ này không được rèn luyện thì khi vận động đầu, chúng ta không thể đứng thẳng cũng như không thể nhìn đúng được sự vật. Với những vận động theo phương thẳng đứng, phương hướng ra trước sau hay phương sang trái phải thì sỏi thính giác sẽ được kích thích, còn với vận động xoay thì ống hình bán nguyệt sẽ được kích thích. Trò chơi với xích đu và cầu trượt rất thích hợp với trẻ 1 tuổi để rèn luyện phản xạ mê lộ.



Để trẻ không sợ, bạn hãy giữ trẻ và điều tiết tốc độ.

Ở ĐÂY CÓ CÁI GÌ NHỈ?

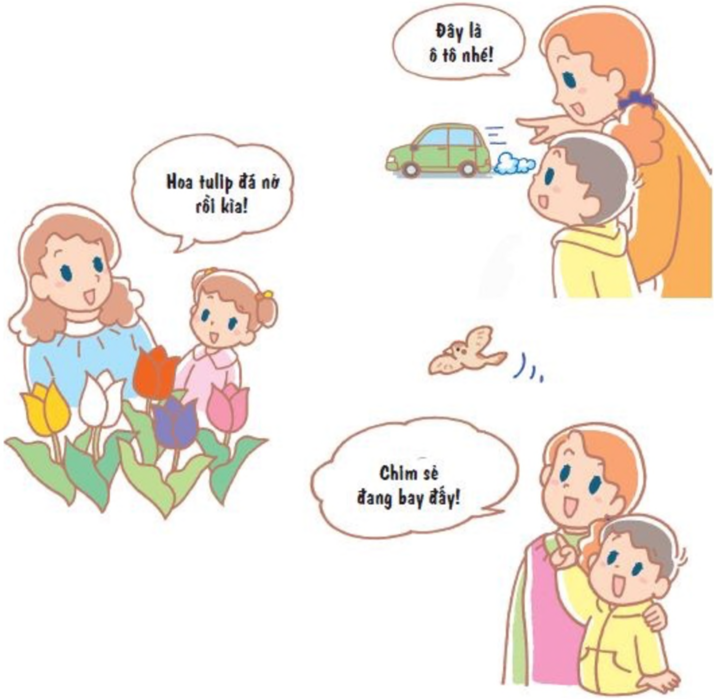
Nâng cao khả năng ngôn ngữ bằng cách nói chuyện với trẻ

Đến công viên, bạn có thể dạy cho trẻ tên của rất nhiều đồ vật. Bạn hãy dạy cho trẻ tên chính xác loài hoa, loài chim hay động vật mà bạn nhìn thấy hay trẻ thích. Điều quan trọng ở đây là chỉ vào vật và gọi tên đúng. Bạn có thể đến gần và chỉ cho trẻ: "Đây là hoa tulip đấy, có màu vàng, màu đỏ và nhiều màu khác nữa." Như vậy, ngoài tên gọi ra, bạn còn dạy cho trẻ cả về màu sắc, mùi hay cảm nhận bằng cách sờ mó. Dù trẻ vẫn chưa thể phát âm đúng nhưng tên các loài vật sẽ được tích lũy trong não bộ của trẻ. Bắt đầu từ giai đoạn này, bạn hãy dạy để trẻ biết rằng bất cứ đồ vật gì cũng có tên gọi.



Cơ hội để trẻ ghi nhớ từ ngữ và tăng kiến thức

Nếu bạn nói với trẻ theo cách "có con gâu gâu nhỉ", sau này trẻ sẽ phải sửa để nhớ tên đúng là "con chó". Cho nên, ngay từ đầu bạn hãy dạy cho trẻ "kia là con chó, nó kêu gâu gâu" để trước tiên là dạy cho trẻ tên con vật đúng, sau đó mới dạy đặc trưng của con vật đó.



TÌM HIỂU VỀ NÃO BỘ

Sự khác nhau giữa con trai và con gái

Khi nhìn rất nhiều sự vật, sự việc, ta sẽ thấy con trai có xu hướng thích nhà cửa, xe cộ còn con gái sẽ thích động vật, thiên nhiên, con người. Khi bạn đi dạo cùng trẻ, hãy quan sát xem trẻ thích cái gì để sớm biết cách khơi gợi giúp trẻ chú ý sang cả những cái khác nữa chứ không quá thiên lệch về một thứ.

NẾU TRẺ ĐÃ CÓ THỂ ĐI THÀNH THẠO...

Nếu bạn đã thấy trẻ đi được đúng cách và đi thẳng người chứ không còn liêu xiêu nữa, hãy bắt đầu luyện tập cho trẻ ở mức độ cao hơn một chút. Bạn có thể cho trẻ đứng trên đầu ngón chân, kéo căng ngón cái hay nhảy cả hai chân lên, để giúp trẻ đi vững trên nhiều loại đường.



Nếu bạn dán bức tranh mà trẻ thích ở chỗ trẻ có thể kiễng lên để lấy được thì tự phát trẻ sẽ đứng trên đầu ngón chân. Như vậy là có thể khiến

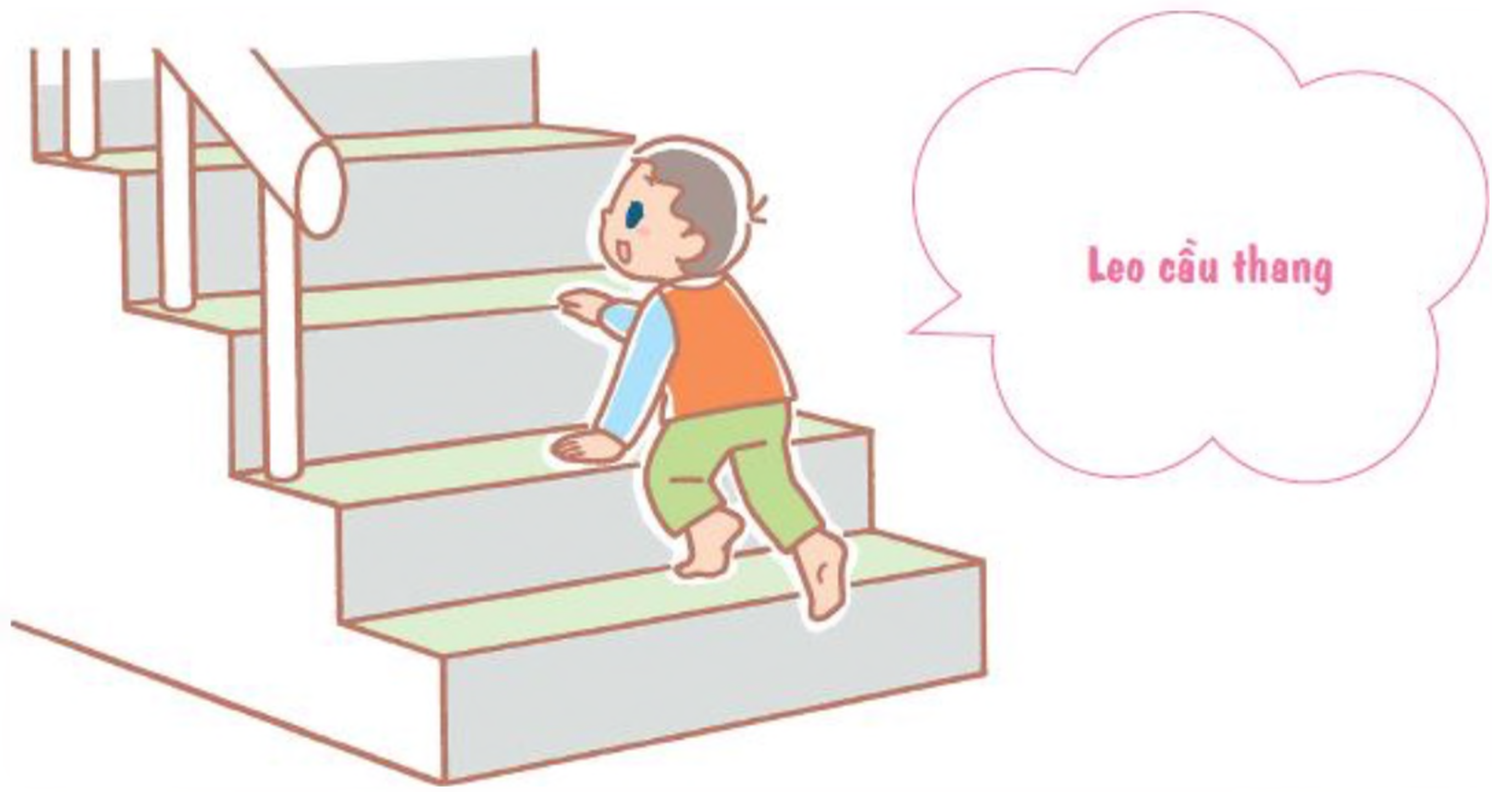
trẻ luyện tập một cách vui vẻ.



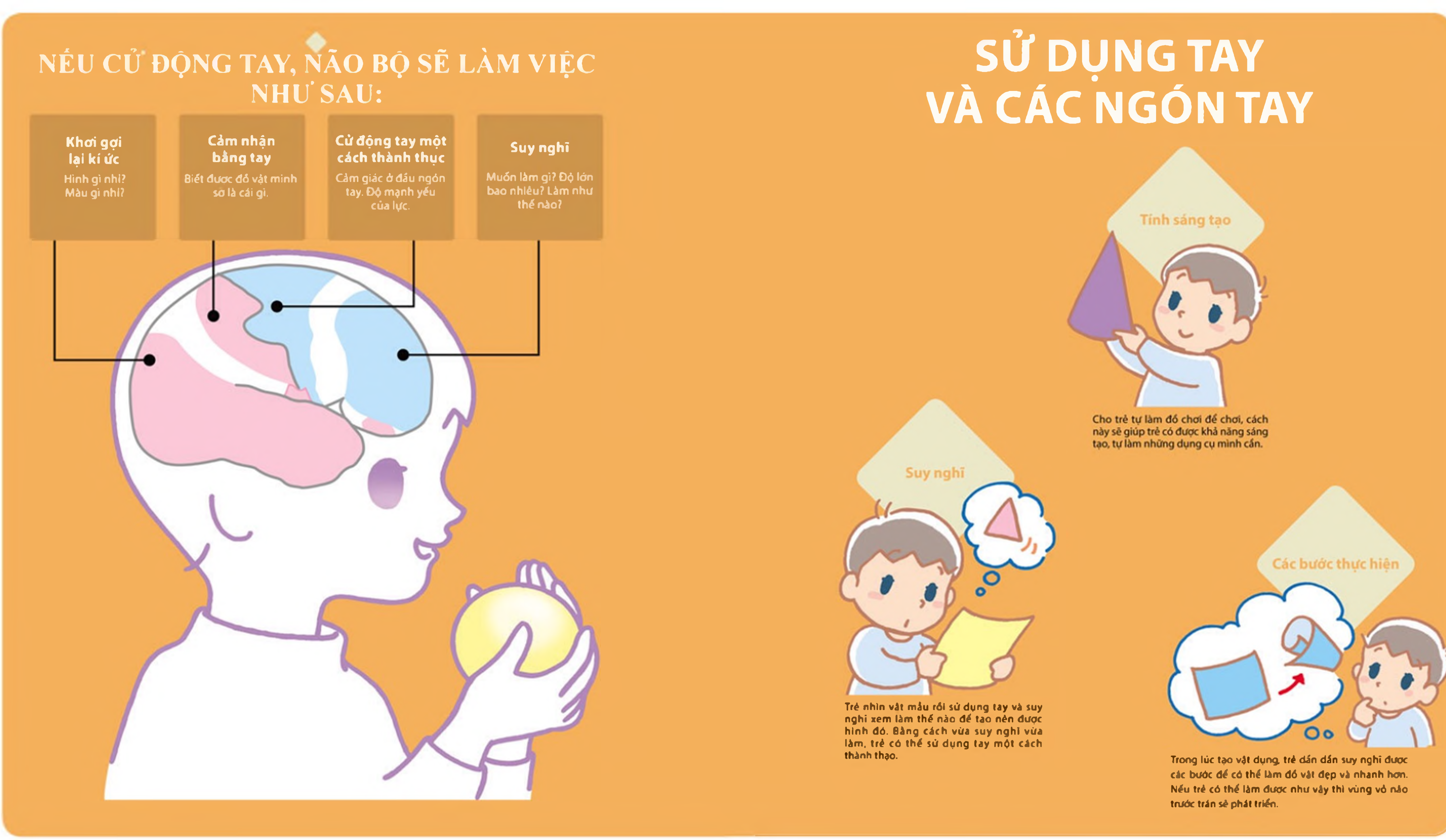
Lúc đầu bạn hãy giữ hai tay để trẻ biết cảm giác khi đứng bằng đầu ngón chân. Hãy chú ý để ngón chân cái và phần hình cầu dưới ngón chân cái chạm đất chắc chắn.



Bạn hãy cho trẻ nhảy cả hai chân xuống đất từ bậc cầu thang thấp. Lúc đầu bạn hãy nắm tay trẻ rồi cùng trẻ reo lên sau đó nhảy.



Cho trẻ leo lên rồi leo xuống cầu thang bằng cả hai tay và hai chân. Bạn hãy cho trẻ làm quen với cầu thang bằng tất cả các bộ phận trên cơ thể như dạy trẻ lúc leo lên thì dùng tay còn khi leo xuống thì dùng chân.



CHƠI VỚI GIẤY

Tạo cơ sở suy nghĩ để hành động có trình tự

Bạn hãy đưa cho trẻ một tờ giấy báo, cho trẻ sờ kỹ xem nó như thế nào. Khi trẻ chơi được một khoảng thời gian nhất định, hãy xé tờ báo cho trẻ xem. Bạn hãy cho trẻ thấy nếu một tay giữ tờ báo và tay kia không cử động thì không thể xé được tờ báo. Hơn nữa, trong tờ báo cũng có khổ dọc và khổ ngang, khổ ngang thì khó xé hơn. Bạn hãy cho trẻ xem kỹ cách xé, hướng xé để trẻ bắt chước. Lúc đầu là dùng một tay kẹp chặt tờ báo còn tay kia kéo thật mạnh để làm rách tờ báo, nhưng dần dần hướng dẫn trẻ chỉ cần dùng ngón cái và ngón trỏ để xé. Khi trẻ đã có thể dùng lực của đầu ngón tay, tiếp theo bạn hãy yêu cầu trẻ xé nhỏ và dài rồi dán bằng ghim hay hồ dán làm thành sợi dây. Thay đổi độ dài của sợi dây đó để tạo thành chiếc nhẫn, vòng tay hay sợi băng dài... Với trò chơi này, trẻ sẽ dần biết suy nghĩ để tạo trình tự về sự vật, sự việc.

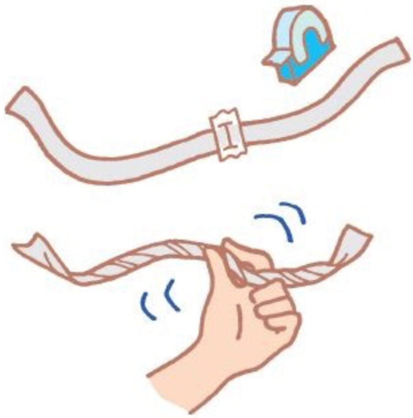


Hãy cùng xé báo để làm dây nào!

Đối với trẻ, việc xé tờ báo theo chiều dọc thành sợi dài và nhỏ là công việc khó. Lúc đầu, bạn hãy tạo những vết xẻ trên mép tờ báo cho trẻ, hướng dẫn trẻ dùng ngón cái và ngón trỏ của tay thuận cầm mép báo còn tay kia giữ lấy tờ báo rồi xé một cách từ từ. Khi trẻ đã xé được nhiều mảnh, hãy dán lại thành một sợi dây dài. Bạn hãy chú ý tạo hứng thú cho trẻ khi chơi trò này.



Bạn làm mẫu cho trẻ xem rồi hướng dẫn trẻ cách cử động tay. Nếu trẻ đã quen, hãy cố gắng để trẻ có thể xé bằng đầu ngón tay.



Lấy ngón cái và ngón trỏ vê tờ giấy để tạo thành đường xoắn. Đây là cách luyện tập rất hiệu quả cho đầu ngón tay.

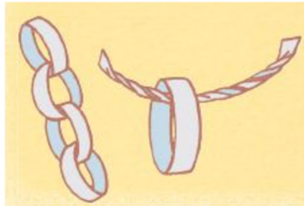
TÌM HIỂU VỀ NÃO BỘ

Làm đồ chơi đầu tiên

Khi thao tác tay xé giấy để làm sợi dây, ở vùng vận động đưa ra mệnh lệnh là cử động ngón tay. Đây là cử động khó hơn cả việc cử động lòng bàn tay và cổ tay nên vùng tiền vận động có ở loài người và loài khỉ sẽ làm việc. Nếu trẻ đã xé được nhiều sợi dây, bạn hãy dùng ghim hay băng dính dán lại giúp trẻ.

ĐIỂM LƯU Ý

Trò chơi sáng tạo với sợi dây vừa tạo được



Với sợi dây vừa tạo được, bạn có thể hướng dẫn trẻ làm thành chiếc vòng cổ hay dùng sợi dây dài để chơi trò rồng rắn... Ngoài ra cũng có thể tạo thành chiếc nhẫn hay sợi dây xoắn rồi xuyên những chiếc nhẫn vào sợi dây để chơi, như vậy đồng thời có thể luyện tập cả mắt và tay cho trẻ.

TẠO QUẢ BÓNG GIẤY

Dạy cho trẻ cách tạo dụng cụ

Chúng ta sẽ dạy trẻ cách tạo quả bóng bằng giấy báo, giấy vệ sinh hay giấy ăn. Trước tiên, bạn hãy cho trẻ nhìn bạn dùng hai tay vò tờ giấy báo thành hình tròn để trẻ bắt chước. Khi đã được hình tròn, hãy dùng nước làm ẩm để tạo khối rồi tiếp tục dùng một tờ báo khác bọc lại để tạo hình tròn to hơn. Lặp lại công việc này nhiều lần đến khi nào được quả bóng vừa với tay trẻ thì hãy dùng nó để chơi trò chơi. Bạn có thể hướng dẫn trẻ chơi trò lăn bóng đến một đích nào đó hoặc chơi ném bóng giống như chơi bowling cũng được. Bạn chú ý không chỉ dạy trẻ cách tạo ra đồ vật mà cả việc sử dụng đồ vật đã tạo ra đó để chơi, như vậy trẻ sẽ biết cách tạo ra được đồ vật cũng như dụng cụ có ích.



Cùng chơi với quả bóng đã làm được nào!

Bạn hãy cho trẻ chơi với quả bóng bằng cách lăn hoặc đá chúng. Nếu là quả bóng tròn, nó có thể lăn lông lốc, nhưng nếu quả bóng méo, nó sẽ dừng lại ngay. Bạn hãy dạy cho trẻ biết rằng hình dáng quả bóng có thể thay đổi do đôi bàn tay của mình. Trong quá trình điều chỉnh hình thù cho quả bóng, bạn hãy cho trẻ thấy việc tạo ra dụng cụ gì đó rất thú vị.



Khi lăn bóng, trẻ sẽ suy nghĩ là bóng lăn đến đâu, với lực như thế nào

nên đây là một cách rất thích hợp cho trẻ rèn luyện vùng vỏ não trước trán.



Ngay cả việc đá chân vào đúng quả bóng cũng là một bài tập đi. Bạn hãy chú ý để trẻ không bị ngã.

TÌM HIỂU VỀ NÃO BỘ

Làm đồ chơi đầu tiên

Việc tạo quả bóng giấy chủ yếu là công việc vận động tay. Lúc đầu, khi làm cho quả bóng to hơn, ta sẽ dùng một tờ báo bọc lại rồi nhúng vào nước và bóp mạnh. Vận động bóp này sẽ đưa ra mệnh lệnh đến vùng vận động cũ (phát triển ở loài khỉ sử dụng tay). Khi sử dụng ngón tay sẽ đưa ra mệnh lệnh ở vùng vận động mới (phát triển ở tinh tinh hay loài người sử dụng ngón tay). Nếu không thực hiện được hai loại vận động này thì không thể sử dụng tay một cách thành thạo được. Ngoài ra, để dấp vào nước tạo khối cho quả bóng cần có lực nên đây cũng là bài tập cho cách tạo lực.

VẼ TRANH

Bắt đầu bài học cơ bản

Cho trẻ học vẽ tranh bắt đầu từ việc cầm bút chì đúng cách. Có lẽ sẽ khó khăn nhưng trước tiên bạn hãy kiên nhẫn dạy cho trẻ cách cầm bút đúng cách. Bạn hãy ngồi cùng hướng với trẻ và cho trẻ nhìn cách cầm bút bằng 3 ngón tay để trẻ bắt chước. Nếu mãi mà trẻ vẫn chưa cầm bút tốt được, bạn hãy cầm tay hướng dẫn trẻ. Khi trẻ đã cầm bút đúng cách, trước tiên bạn hãy luyện cho trẻ vẽ các đường ngang dọc. Đối với trẻ, việc vẽ được một đường thẳng không bị cong với lực đều từ đầu đến cuối là một việc khó. Bạn hãy nghĩ cách để trẻ có thể luyện tập một cách vui vẻ như chuyển động bút chì theo đường ray chẳng hạn. Nếu trẻ đã vẽ được đường thẳng, hãy hướng dẫn trẻ vẽ hình tứ giác, hình tam giác, hình tròn với độ lớn khác nhau.

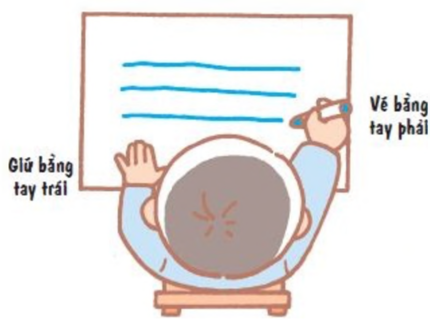


Dạy trẻ tư thế ngồi đúng

Mục đích của bài học vẽ tranh là trẻ vẽ ở một tư thế ngồi đúng. Để vẽ tranh, tay thuận của trẻ phải cầm bút chì còn tay kia sẽ giữ giấy. Nếu trẻ có thể giữ được tư thế này trong thời gian dài, có nghĩa là trẻ đã có khả năng tập trung, dần dần cũng ảnh hưởng đến khả năng học tập của trẻ. Ngay từ giai đoạn này, bạn hãy chuẩn bị cho trẻ một bộ bàn ghế mà khi ngồi chân phải chạm đất rồi dạy cho trẻ vẽ tranh trong tư thế ngồi đúng.



Bạn hãy điều chỉnh độ cao của bàn và ghế phù hợp để hai tay trẻ có thể cử động thoải mái và ngồi thẳng lưng. Hai lòng bàn chân phải chạm xuống sàn nhà.



Bạn không chỉ dạy cho trẻ cách cầm bút đúng mà phải dạy cả việc tay kia giữ giấy cho chắc.

TÌM HIỂU VỀ NÃO BỘ

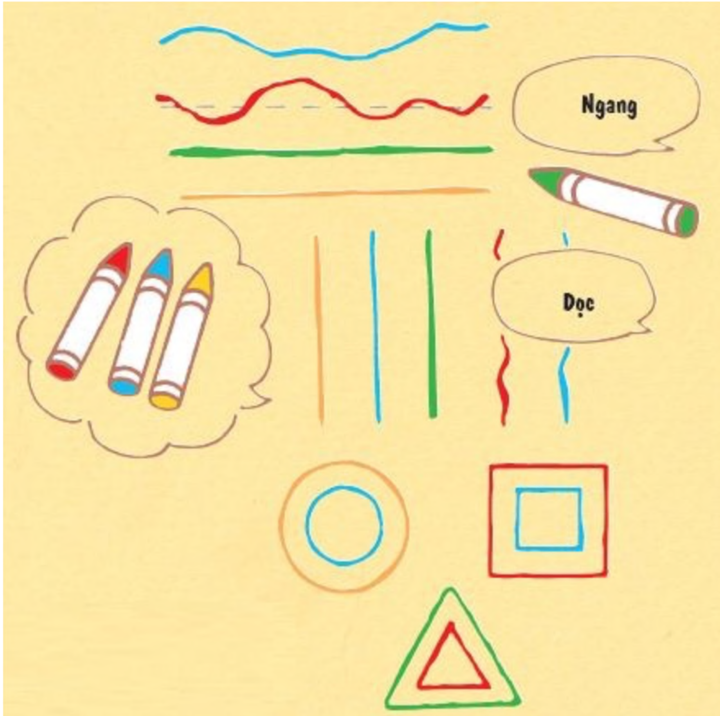
Cho trẻ tập vẽ nhiều đường thẳng

Đây là bài tập cho trẻ cầm bút đúng cách bằng ba ngón tay: ngón cái, ngón trỏ và ngón giữa. Nếu không kiên trì cho trẻ luyện tập nhiều lần, trẻ sẽ không cầm đúng cách được. Về mặt cách thức vận động, một khi trẻ đã cầm được đúng cách thì sau này sẽ không bao giờ cầm sai. Cho nên, ngay từ đầu, chúng ta nên tập cho trẻ cầm bút đúng cách. Khi trẻ đã cầm bút được đúng, bạn sẽ dạy cho trẻ cách kẻ đường thẳng. Nếu trẻ đã có thể kẻ các đường ngang, đường dọc một cách ngay ngắn, bạn hãy cho trẻ tập đi tập lại nhiều lần vẽ các đường dài, đường ngắn, đường nét đậm, đường nét mảnh...

ĐIỂM LƯU Ý

NÊN VẼ GÌ ĐÂY?

Việc vẽ ra các đường vô định không có ý nghĩa gì cả. Bạn hãy tập cho trẻ vẽ được cái mà trẻ muốn vẽ, bắt đầu từ các đường ngang, đường dọc. Nếu trẻ đã có thể vẽ đường thẳng, hãy tập cho trẻ vẽ được các loại hình với độ lớn khác nhau.



Cách chọn bút chì

- To và dài
- Chọn chất liệu tự nhiên để an toàn cho trẻ dù trẻ có đưa lên miệng
- Lúc đầu, bạn cho trẻ sử dụng ba màu cơ bản là đỏ, vàng, xanh. Khi trẻ đã quen, dần dần tăng số lượng màu lên.



Sử dụng nhiều chất liệu giấy khác nhau
Giấy gói quà
Giấy bìa
Giấy vẽ
Chuyển sang bút mảnh hơn
Nếu trẻ đã quen
Tăng số lượng màu
Bút chì 12 màu
Cho trẻ vẽ khuôn mặt

CHƠI ĐỒ HÀNG

Nói chuyện để dạy cho trẻ về các qui tắc cuộc sống

Chơi đồ hàng hay những trò chơi giả vờ sẽ dạy cho trẻ các qui tắc cuộc sống. Trẻ sẽ học được cách quan tâm đến đối phương cũng như các tập quán khi vừa chơi vừa hội thoại. Ví dụ như khi đã làm xong đồ ăn thì nói "mời cả nhà ăn cơm", hay trước khi ăn thì nói "chúc ngon miệng". Bạn hãy chuẩn bị cho trẻ bộ đồ chơi giống với cỡ dùng thực tế để trẻ thấy gần gũi với cuộc sống hàng ngày. Hơn nữa, khả năng sáng tạo của trẻ cũng được mài giũa bằng cách lựa chọn nhiều loại nguyên liệu khác nhau để chơi đồ hàng. Bạn hãy dùng giấy hay đất nặn làm thức ăn và nhuộm màu cho món ăn. Nếu trẻ đã ăn được nhiều loại thức ăn, hãy cho trẻ sử dụng những nguyên liệu thật rồi cùng trẻ làm bánh sandwich hay cơm nắm... Sau khi đã làm xong, bạn hãy cùng ăn với trẻ rồi dạy cho trẻ cách làm thế nào để làm được các món ăn ngon hơn.



Khi chơi với trẻ, bạn đừng quên những hội thoại như “Thức ăn hôm nay là món gì vậy?” “Ngon quá nhỉ”.

Thử làm đồ ăn bằng đất sét

Bạn hãy chơi đồ hàng cùng trẻ và làm đồ ăn bằng đất sét. Trước tiên, bạn hãy làm cho trẻ xem rồi hướng dẫn trẻ cách dùng tay nặn. Lúc đầu sẽ nặn bánh giầy hình tròn; khi trẻ đã quen rồi bạn nói với trẻ “chúng ta cùng làm cơm nắm nhé” để trẻ dần dần làm được các hình gần giống với thực tế.



TÌM HIỂU VỀ NÃO BỘ

Điều quan trọng là nói chuyện với trẻ

Bắt đầu từ việc chào hỏi. Bạn hỏi trẻ: “Thức ăn hôm nay có gì?” rồi dạy trẻ cách trả lời “Xin mời ăn bánh ngọt” hay “Xin mời”. Bạn cũng đừng quên khi ăn nên khen thức ăn “Ngon nhỉ”. Ngoài ra, cũng cần dạy cho trẻ cả cách sắp xếp bát đũa, cách dùng các dụng cụ. Sau khi ăn xong cũng cần nói “cảm ơn vì đã chiêu đãi”.

ĐIỂM LƯU Ý

Mua bộ đồ chơi đồ hàng giống với đồ dùng thật



Tốt nhất là bát đũa của bộ đồ chơi đồ hàng cùng kích cỡ với đồ vẫn thường dùng. Chỉ cần bát nhỏ, bát to, đĩa, dĩa, thìa và đũa là đủ.

TRÒ CHƠI XẾP HÌNH

Trò chơi lựa chọn khơi gợi cho trẻ khả năng tưởng tượng

Trò chơi xếp hình giúp trẻ biết xếp đồ chồng lên nhau và lựa chọn đồ vật này để làm cái gì. Lúc đầu chỉ cần trẻ biết xếp những hình giống nhau là được. Dần dần, bạn hãy hướng dẫn trẻ biết xếp hình tam giác lên trên hình vuông thành hình ngôi nhà, hay đặt hình tam giác lên trên một hình chữ nhật dài để xếp thành một dãy phố nhằm khơi gợi khả năng tưởng tượng của trẻ. Trò chơi xếp hình này thường con trai sẽ thích hơn, nhưng đây là trò chơi giúp trẻ học được cách xếp theo thứ tự các màu xanh, đỏ hay học được về màu sắc và hình khối khi xếp các hình theo phân loại nên bạn hãy cố gắng khuyến khích để các bé gái cũng chơi trò này một cách tích cực.



Chơi trên mặt phẳng cũng sẽ giúp trẻ tăng khả năng tưởng tượng

Với trò chơi xếp hình, bạn không chỉ hướng dẫn trẻ xếp các hình chồng lên nhau mà hãy dạy trẻ cả cách để các hình lên mặt phẳng giống như vẽ tranh. Khi để hình trên mặt phẳng như vậy, trẻ sẽ dễ dàng nhận thức được sự khác nhau về độ cao cũng như hình dạng của các hình. Khi chơi, bạn hãy hỏi trẻ "đây là cái gì?" để trẻ ý thức được đồ vật.



Dù là chơi theo kiểu xếp hình khối hay trên mặt phẳng thì trò chơi xếp hình cũng rất thú vị. Bạn hãy cùng trẻ nghĩ ra nhiều cách chơi khác nhau nhé!

TÌM HIỂU VỀ NÃO BỘ

Cho trẻ chơi xếp hình thành khối và xếp hình trên mặt phẳng

Lúc đầu, bạn hãy cho trẻ xếp 3~4 hình giống nhau chồng lên nhau. Sau đó xếp những hình to nhất xuống dưới, rồi chồng những hình to vừa, cuối cùng là xếp các hình bé lên trên. Lúc đầu bạn hãy hướng dẫn để trẻ xếp theo. Ví dụ lấy hình ô tô rồi xếp trên mặt phẳng giống đường đi. Khi trẻ đã quen với trò chơi, bạn có thể tạo thêm các ngã ba, ngã tư và cả đèn xanh, đèn đỏ nữa.

ĐIỂM LƯU Ý

Trò chơi xếp hình

Đây là trò chơi dùng rất nhiều hình khối bằng gỗ nhiều màu sắc. Cho nên tôi khuyên các bạn nên có những chiếc giá cất đồ cũng như xe chở để trẻ có thể cất các hình hay tự mình có thể lấy đồ ra để chơi và cất dọn sau khi chơi xong.

CHƠI VỚI GIẤY MÀU

Tạo cơ hội để trẻ sáng tạo

Sử dụng giấy màu để làm đồ chơi cho trẻ. Trước tiên, bạn hãy làm máy bay giấy rồi phi nó bay cho trẻ xem. Giấy màu là cách tốt nhất trong trò chơi với giấy. Từ giai đoạn này, chúng ta sẽ dạy cho trẻ cách gấp giấy thành các hình để chơi. Sau khi mẹ chơi máy bay giấy cho trẻ xem, trẻ sẽ bắt đầu thích thú với việc gấp máy bay. Lúc đó, bạn hãy cùng trẻ ngồi xuống rồi vừa gấp vừa hướng dẫn trẻ cách gấp máy bay. Khi cùng gấp máy bay với trẻ, bạn sẽ hướng dẫn cho trẻ làm thế nào để máy bay bay được xa hơn hay sau khi gấp xong rồi sẽ thử thi xem máy bay của ai bay xa hơn...



TÌM HIỂU VỀ NÃO BỘ

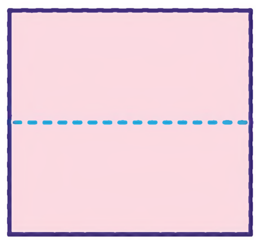
Luyện tập để trẻ có thể tự mình gấp được

Bạn hãy cho trẻ xem cách gấp để trẻ cảm thấy thích thú. Dù trẻ vẫn chưa gấp được đẹp nhưng điều quan trọng là để tự trẻ gấp nó. Khi gấp máy bay, chúng ta sẽ sử dụng ngón cái và ngón trỏ. Khi cần làm cho các nếp gấp thật thẳng, chúng ta sẽ dùng ngón cái để vuốt. Về giấy màu, đầu tiên bạn hãy cho trẻ sử dụng ba màu cơ bản trước rồi dần dần sẽ cho trẻ gấp máy bay với nhiều màu khác. Khi đã gấp được máy bay, bạn hãy cùng trẻ thi

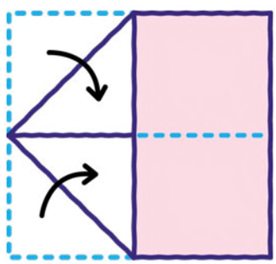
xem máy bay nào bay xa hơn.

Chơi cùng máy bay giấy

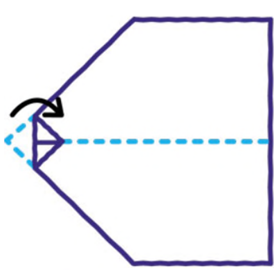
Dưới đây, tôi giới thiệu cách đơn giản nhất để gấp một chiếc máy bay giấy. Bạn có thể dùng giấy màu hay giấy viết thường đều được. Chúng ta hãy cùng gấp với trẻ để trẻ trải nghiệm được cách gấp được một chiếc máy bay, thấy nó bay lên và cảm thấy thích thú với việc làm đó.



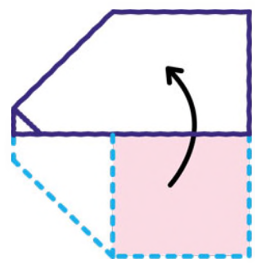
① Gấp tờ giấy làm đôi rồi vuốt cho nếp gấp thật thẳng



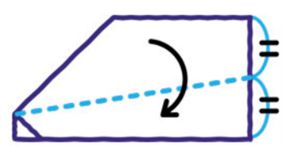
② Gập mép giấy vào tạo thành hình tam giác



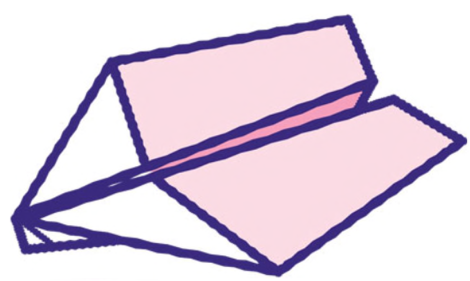
③ Lật ra mặt sau, gấp phần mũi nhọn vào khoảng 1cm



④ Gấp làm đôi, úp mặt phải vào trong



⑤ Gấp phần cánh



⑥ Xong rồi!

CHƠI CÙNG NHẠC CỤ

Rèn luyện vùng số 10 hơn nữa

Cho trẻ chơi những nhạc cụ có trong nhà. Ví dụ như piano hay các loại đàn gõ để khi trẻ chạm vào nó sẽ phát ra âm thanh. Nếu như nhà bạn không có loại nhạc cụ nào, cũng có thể dùng ống giấy đập vào bàn cũng được. Trước tiên, bạn hãy để trẻ tạo ra được âm thanh rồi lắng nghe nó. Tiếp theo, bạn hướng dẫn trẻ đánh theo một nhạc điệu nào đó rồi lắc lư người hay hát theo điệu nhạc. Việc tự trẻ dựa vào những âm thanh mình phát ra để tạo ra hành động tương ứng có liên quan mật thiết đến việc nâng cao khả năng sáng tạo của trẻ. Hơn nữa, tiến hành đồng thời hai việc nào đó cùng một lúc sẽ khiến vùng số 10 của vùng vỏ não trước trán làm việc. Do đó, bạn hãy khuyến khích trẻ luyện tập nhạc như thế này.



TÌM HIỂU VỀ NÃO BỘ

Chơi cùng nhạc cụ bắt não bộ làm việc

Nếu trẻ đã biết bước đi hoặc hát theo nhạc điệu, bạn hãy khuyến khích trẻ làm hai việc cùng một lúc như vừa đi vừa hát… Khi trẻ vận động theo một nhịp điệu nào đó thì vùng vận động bổ sung sẽ làm việc. Hơn nữa, khi trẻ liên tục làm các hành động khác nhau sẽ khiến vùng số 10 và vùng cảm giác làm việc. Vì thế, cùng một bài hát, bạn nên thay đổi các nhịp điệu khác nhau để trẻ chơi một cách thích thú.

CHƠI VÀ HỌC

Có thể giáo dục cho trẻ bất cứ đâu và khi nào

Đặc biệt có một phương pháp rất tiện lợi là vừa chơi vừa học tại nhà. Khi trẻ bắt đầu biết đi, não bộ sẽ phát triển một cách nhanh chóng. Là cha mẹ, bạn hãy cùng tạo nên cho trẻ một bộ não thiên tài.



LÀM QUEN VỚI HÌNH ẢNH QUA THẺ

Tăng cường trí nhớ làm việc

Với trẻ trong giai đoạn này, ta có thể cho trẻ chơi thẻ. Khi trẻ nhớ được các hình trên thẻ và vị trí các thẻ sẽ giúp nâng cao khả năng của trí nhớ làm việc, cho nên bạn hãy bắt đầu cho trẻ chơi trò chơi này. Lúc đầu bạn hãy úp bốn thẻ xuống rồi tráo các hình, yêu cầu trẻ lấy thẻ theo tên gọi. Khi trẻ đã nhớ được bốn thẻ, bạn có thể tăng số lượng các thẻ lên dần dần để trẻ lấy được các thẻ nhanh và chính xác giống như chơi bài. Đây là năng lực (năng lực của não bộ) cần phải coi trọng cả việc phản xạ nhanh. Lúc đầu, bạn có thể sử dụng các thẻ có hình vẽ to, giống nhau để trẻ dễ nhận biết tạo hứng thú cho trẻ.



TÌM HIỂU VỀ NÃO BỘ

Rèn luyện trí nhớ làm việc

Trò chơi thẻ bài là một trò chơi rèn luyện “trí nhớ làm việc” để trẻ biết được với điều vừa xảy ra thì tiếp theo sẽ làm gì. Khi trẻ ghi nhớ, vùng số 46 trong vùng vỏ não trước trán làm việc, sự việc sẽ được ghi nhớ ở đó. Trí nhớ làm việc được sử dụng thì vùng vỏ não trước trán mới làm việc, cho nên nếu trẻ chơi được trò chơi thẻ bài thì vùng vỏ não trước trán sẽ làm việc tốt và trẻ sẽ thông minh.

CHƠI Ú TÌM

Rèn luyện khả năng dự đoán và trí nhớ làm việc

Con bạn đã từng chơi trò "ú...ú...òa" chưa? "ú...ú...òa" là trò chơi rèn luyện hai khả năng sau:

- Dù có che mặt nhưng mẹ vẫn đứng ở đó (Trí nhớ làm việc)
- Chờ đợi mong rằng mẹ sẽ cười (Dự đoán)

Trò chơi ú tìm là trò chơi mà mẹ đã nấp ở chỗ trẻ không nhìn thấy nhưng trẻ vẫn nhớ rằng mẹ đang ở gần mình và chạy đi tìm, đây là trò chơi trí tuệ đã được nâng cao hơn đối với trẻ. Lúc đầu, bạn hãy nấp ở nơi trẻ dễ dàng tìm thấy rồi dần dần nấp ở chỗ khó tìm hơn. Nếu trẻ tỏ vẻ không thích trò chơi ú tìm, bạn hãy bắt đầu luyện tập từ trò "ú...ú...òa" với thời gian che mặt dài hơn.



TÌM HIỂU VỀ NÃO BỘ

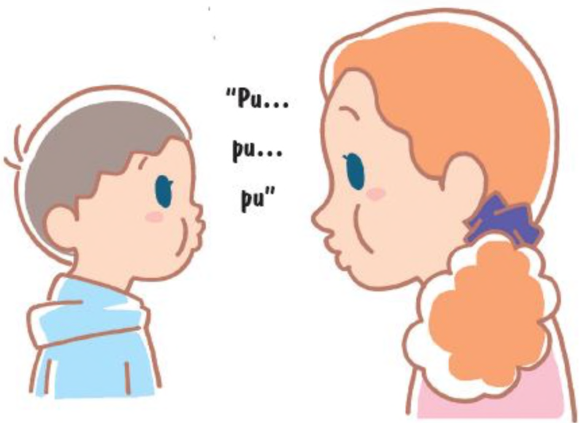
Bước đầu giúp trẻ lập kế hoạch cho sự vật, sự việc

Trò chơi này buộc trẻ phải nhớ là đã có ai đó ở đấy mặc dù người vừa đứng đó đã đi chỗ khác nên việc ghi nhớ sẽ được lưu giữ lại ở vùng số 46. Khi chơi với trẻ, bạn hãy nấp ở chỗ thích hợp mà trẻ có thể tìm ra. Nếu trẻ đã chơi được trò ú tìm, có nghĩa là trẻ đã ghi nhớ và hành động. Điều đó chính là trẻ đã biết suy nghĩ và có kế hoạch.

TRÒ CHƠI NHÌN VÀO PHÍA ĐỐI PHƯƠNG

Nâng cao khả năng giao tiếp cho trẻ

Từ sắc thái biểu lộ tình cảm của người đối diện, dần dần trẻ sẽ hiểu được rất nhiều thông tin. Trò chơi nhìn vào phía đối phương này cũng là cách để dạy trẻ các sắc thái biểu lộ tình cảm khác nhau. Bắt đầu trò chơi, bạn hãy ngồi đối diện với trẻ rồi hát: “Nhìn thẳng nhé, cười là thua đấy”, bạn ra dấu “pu…pu…pu” để cho trẻ nhìn thấy khuôn mặt có vẻ sắp làm cho trẻ cười. Trẻ nhìn khuôn mặt bạn sẽ thấy nhiều điều thú vị. Hơn nữa, trò chơi này cũng dạy trẻ một qui tắc là nếu cười là thua nên trẻ sẽ biết cách kìm chế để không cười. Bạn hãy chơi trò này khi tâm trạng của trẻ không tốt, bởi như vậy sẽ dạy được cho trẻ rằng nụ cười là một điều rất quan trọng khi giao tiếp.





TÌM HIỂU VỀ NÃO BỘ

Rèn luyện thùy trán cho trẻ qua việc kìm chế cảm xúc

Khi chúng ta biểu lộ sắc thái tình cảm trên khuôn mặt, các cơ trên khuôn mặt sẽ làm việc. Cơ trên khuôn mặt là phần cơ nằm dưới da. Tế bào thần kinh khiến các cơ trên khuôn mặt hoạt động có gắn các khớp thần kinh trực tiếp từ vùng vận động trên khuôn mặt nên biểu hiện các sắc thái khuôn mặt rất tinh tế. Trò chơi này giúp rèn luyện thùy trán (vùng vỏ não trước trán và vùng vận động).

TRÒ CHƠI SO SÁNH

Giúp trẻ có khái niệm về số lượng

Với những đồ vật xung quanh như rau quả, đồ chơi hay thú bông, bạn hãy cho trẻ nhìn thấy sự khác nhau về độ lớn của các đồ vật rồi cho trẻ so sánh xem cái nào lớn hơn. Để làm được như vậy, trước tiên bạn cần dạy cho trẻ biết về ý nghĩa các từ ngữ như lớn nhỏ, dài ngắn, nặng nhẹ và khái niệm về số lượng. Bạn có thể cho rằng đây là việc khó đối với trẻ trong giai đoạn này nhưng nếu bạn giới thiệu đúng cách, trẻ cũng sẽ hiểu và ghi nhớ được. Trong cuộc sống hàng ngày, bạn hãy lặp đi lặp lại cùng một chủ đề, ví dụ như mỗi tay bạn cầm một quả quýt và hỏi trẻ "Đố con biết quả nào to hơn?" chẳng hạn thì dần dần trẻ sẽ biết so sánh.



TÌM HIỂU VỀ NÃO BỘ

Mang lại ý muốn cho trẻ

Bạn hãy dạy cho trẻ lớn hoặc nhỏ, dài hoặc ngắn, nặng hoặc nhẹ. Đầu

tiên, bạn hãy cho trẻ nhìn một quả táo to và một quả táo nhỏ rồi dạy trẻ quả nào to hơn. Sau đó, cho trẻ thấy cả hai quả rồi nói: "Con lấy cho mẹ quả nhỏ nào" và để trẻ tự lấy. Tương tự như vậy, bạn có thể chọn vật to nhỏ khác nữa. Khi trẻ đã so sánh được to nhỏ, bạn cũng làm tương tự với cách so sánh giữa dài ngắn hay nặng nhẹ.

ĐỌC CHO TRẺ NGHE

Kích thích vùng ngôn ngữ để nâng cao khả năng ghi nhớ

Mặc dù giai đoạn này trẻ chưa biết nói chuyện nhưng bạn cũng nên nói với trẻ, dạy cho trẻ biết tên các đồ vật xung quanh, như vậy sẽ kích thích vùng ngôn ngữ, dần dần trẻ sẽ biết nói cùng với sự phát triển của các cơ miệng. Do đó, trong giai đoạn này, bạn nên đọc nhiều sách tranh cho trẻ nghe. Hơn nữa, khoảng 1 tuổi rưỡi trở lên, trẻ dần dần đã biết nói chuyện nên bạn có thể cho trẻ xem những cuốn sách tranh mà bạn vẫn đọc cho trẻ từ trước và hỏi những câu hỏi liên quan đến nội dung. Điều này sẽ kích thích được vùng ngôn ngữ và nâng cao khả năng ghi nhớ của trẻ.



ĐIỂM LƯU Ý

Sách tranh giúp trẻ cân bằng

Con trai thường có khuynh hướng thích xe cộ hay nhà cửa, còn con gái thường thích những nội dung có động vật hay con người. Nhưng trong giai đoạn này, chúng ta cần khai thác nhiều tiềm năng ở trẻ nên bạn cần chuẩn bị nhiều loại sách tranh. Nếu trẻ có vẻ không thích loại nào đó, bạn hãy hướng chú ý của trẻ vào cuốn đó.

TÌM HIỂU VỀ NÃO BỘ

Nên sử dụng sách có nhiều tranh vẽ

Bạn cho trẻ nhìn sách tranh và đọc cho trẻ nghe. Nếu bạn đọc cho trẻ nghe nhiều lần, trẻ sẽ ghi nhớ được. Điều quan trọng ở đây là không dạy chữ cho trẻ. Lúc đầu bạn hãy cho trẻ xem tranh và yêu cầu trẻ giải thích bối cảnh. Bạn hãy cho trẻ xem nhiều trang tranh rồi dần dần yêu cầu trẻ tạo thành một câu chuyện và tự mình kể ra. Sau khi trẻ kể xong câu chuyện của mình, bạn có thể kể câu chuyện đúng cho trẻ.

THÓI QUEN SINH HOẠT

Trên 1 tuổi là giai đoạn bạn cần chuẩn bị giáo dục trẻ cùng với việc học tập. Điều quan trọng nhất khi giáo dục cho trẻ là giúp trẻ nhớ được các qui tắc và làm quen với đời sống hàng ngày.

Từ giai đoạn 1 tuổi, chúng ta cần dạy cho trẻ biết về các tập quán sinh hoạt.



CHÀO HỎI

Dạy cho trẻ biết xã giao, không nhút nhát

Chào hỏi là điều rất quan trọng để xây dựng mối quan hệ giữa người với người khi ta gặp ai đó. Trẻ sẽ học từ mẹ để biết khi nào nên chào và chào như thế nào. Do đó, trong cuộc sống hàng ngày, bạn nên nói những câu chào hỏi như “chào buổi sáng” khi mới thức dậy, “Chúc ngon miệng” trước khi ăn... Hơn nữa, bạn cũng cần dạy trẻ nhìn về phía đối phương và nói “cảm ơn” hay “xin lỗi”. Bạn có thể dạy cho trẻ những câu chào như thế khi chơi đồ hàng hay trong các tình huống thực tế hàng ngày.



TÌM HIỂU VỀ NÃO BỘ

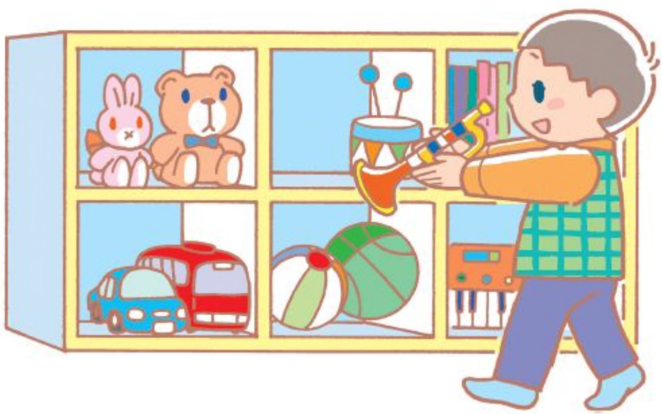
Rèn luyện để hiểu tâm trạng của người khác

Khi chào hỏi, nhất định phải nhìn về phía đối phương. Để trẻ hiểu được tâm trạng của người khác, muốn biết họ đang định làm gì, trẻ cần phải phán đoán được dựa vào những thay đổi dù là rất nhỏ trên nét mặt của đối phương. Lúc này, vùng số 44 phía bên phải là trung khu thần kinh cao cấp của hệ thống thần kinh phản chiếu có chức năng bắt chước sẽ hoạt động.

DỌN DẸP

Tăng cường khả năng ghi nhớ của trẻ

Để trẻ biết cất đồ chơi mà mình đã lấy ra về chỗ cũ thì trước tiên trẻ phải nhớ chỗ lúc đầu để đồ chơi. Vì thế, dọn dẹp cũng chính là một cách giáo dục trẻ và cũng là cách để rèn luyện trí nhớ làm việc cho trẻ. Để trẻ có thể dọn dẹp dễ dàng, điều quan trọng là bạn cần qui định vị trí để đồ chơi. Khi dạy trẻ, bạn cần hướng dẫn đầy đủ là đồ chơi con để ở đây, sách thì cất ở kia, sau khi con chơi xong hãy cất về chỗ cũ nhé. Khi trẻ không nhớ chỗ đã lấy đồ ra, bạn hãy hỏi: "Sách thì để đâu nhỉ?" để trẻ nhớ lại. Nếu trẻ cất được về đúng chỗ, bạn hãy khen ngợi: "Con làm tốt lắm."



TÌM HIỂU VỀ NÃO BỘ

Rèn luyện trí nhớ làm việc cho trẻ qua dọn dẹp

Sau khi quyết định sẽ chơi trò gì và chơi như thế nào, bạn hãy cho trẻ tự

mình lấy đồ chơi, để sau khi chơi xong trẻ biết mang đồ chơi về chỗ cũ, qua đó rèn luyện trí nhớ làm việc. Bạn hãy tạo thói quen dọn dẹp đồ chơi cho trẻ ngay từ nhỏ.

DẠY CHO TRẺ SỐ 0

Số 0 là con số thể hiện trạng thái không có gì

Trong cuộc sống hàng ngày có rất nhiều tình huống để dạy số cho trẻ như “Mẹ có mấy quả táo nhỉ?” hay “Con lấy cho mẹ ba hình nào”. Đặc biệt khi tắm là cơ hội rất tốt để dạy cho trẻ về các con số. Bạn hãy đưa ra mục tiêu là sau khi tắm xong trẻ có thể đếm đến 10 rồi bắt đầu dạy trẻ đếm “1, 2, 3... 10”. Nếu trẻ đã đếm được đến 10, bạn hãy dạy trẻ đếm ngược lại “10, 9, 8... 1, 0”. Khi đếm như thế này, bạn có thể dạy cho trẻ rằng trong các con số có số 0 thể hiện trạng thái không có gì cả. Ngoài ra, dùng lịch cũng là một cách để bạn giúp trẻ nhớ được các con số.



TÌM HIỂU VỀ NÃO BỘ

Bộ não tỷ lệ và bộ não số

Nếu trẻ đã hình thành được khái niệm số 0, chúng ta sẽ dạy cho trẻ về số. Từ 1 tuổi nếu bạn dạy cho trẻ ý nghĩa của các con số và tạo hứng thú cho trẻ, dần dần trẻ cũng có thể làm các phép tính với một chữ số một cách đơn giản.

DẠY TRẺ NHỮNG ĐIỀU CẤM KỊ

Dạy cho trẻ biết cách từ bỏ

Đến giai đoạn này, trẻ rất hiếu động, đôi khi làm cả những việc nguy hiểm như cho ngón tay vào ổ điện. Để trẻ không làm như vậy, bạn cần tỏ rõ thái độ ngăn cấm trẻ. Trước tiên, bạn nên nói rõ ràng với trẻ: "Cái này nguy hiểm nên con đừng sờ nhé". Chúng ta nên cho trẻ biết lý do không nên làm điều gì đó. Khi trẻ định sờ vào, bạn hãy nói: "Không được". Sau đó, nếu trẻ không sờ vào, bạn hãy khen ngợi: "Con đã không sờ nhỉ, ngoan lắm". Lặp lại nhiều lần, trẻ thấy được khen nếu mình không làm những điều cấm kị thì dần dần trẻ sẽ biết mình không được làm điều đó. Nếu con bạn mãi vẫn không biết cách từ bỏ thì bạn nghiêm khắc nhắc nhở: "Con mà làm thế ba lần là mẹ đánh đấy". Trong trường hợp này, nếu trẻ vẫn tiếp tục không từ bỏ thì đôi lúc bạn cũng đành đánh trẻ.

TÌM HIỂU VỀ NÃO BỘ

Dạy trẻ những điều cấm kị bằng khen thưởng và hình phạt



Khi trẻ bị ngăn cản một cách tích cực, từ vùng số 44 của vùng vỏ não trước trán bên phải sẽ đưa ra mệnh lệnh cản trở hoạt động của tế bào thần kinh. Nếu trẻ "không làm", bạn nên khen trẻ. Ngược lại, nếu trẻ khó từ bỏ việc "vẫn muốn làm", bạn cần đưa ra hình phạt nặng. Nếu bạn không dùng khen thưởng hay hình phạt mà chỉ nói "con hãy dừng lại" rồi bắt trẻ từ bỏ điều đó thì quả thật rất khó để trẻ từ bỏ ý định muốn làm. Nếu để trẻ "tự mình từ bỏ", trẻ sẽ cảm thấy thỏa mãn với việc không làm, còn việc bắt trẻ chịu đựng chỉ là một cách tiêu cực thôi.

CHO TRẺ CÙNG ĂN VỚI CẢ NHÀ

Cùng ăn với cả nhà một cách vui vẻ, ngon lành và đúng cách

Bữa ăn là cơ hội để cả nhà hiểu nhau, nói chuyện vui vẻ về những việc xảy ra ngày hôm đó, cũng là nơi để dạy trẻ rằng trước khi ăn phải nói "Chúc ăn ngon miệng", sau khi ăn phải nói "Cảm ơn" nên bạn cần cố gắng cho trẻ cùng ăn với cả nhà. Trước tiên, bạn dạy cho trẻ cách cầm thìa đúng cách và tự mình xúc ăn. Khi trẻ đang cố gắng tự xúc ăn, bạn đừng nên mắng nếu như trẻ có làm vương vãi thức ăn. Nếu tốc độ ăn của trẻ chậm lại hoặc vừa ăn vừa chơi, bạn hãy cho trẻ dừng. Bằng cách lặp đi lặp lại như thế, trẻ dần dần sẽ biết tập trung vào bữa ăn.

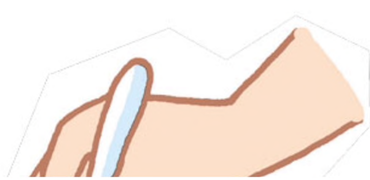


TÌM HIỂU VỀ NÃO BỘ

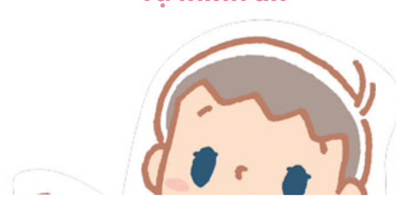
Giao tiếp cũng là một yếu tố quan trọng

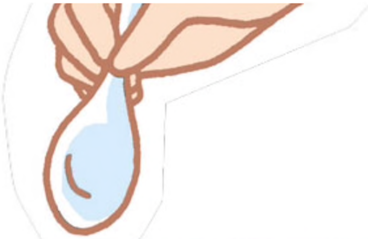
Khi cho trẻ ăn cùng, chúng ta không chỉ dạy cho trẻ cách ăn mà còn có thể dạy cho trẻ thói quen ăn uống khoa học, vui vẻ. Bạn hãy chú ý cách trẻ cầm đồ dùng và dạy cho trẻ nhìn vào đồ ăn rồi hãy đưa lên miệng. Bạn cũng dạy cho trẻ cách cầm thìa bằng tay thuận còn tay kia giữ đĩa. Để làm thành nhịp điệu sinh hoạt, bạn hãy cố gắng ăn đúng giờ và ăn trong khoảng một thời gian nhất định.

Cầm thìa đúng cách



Tự mình ăn





Bạn đừng để trẻ nắm thìa bằng cả bàn tay mà hãy làm mẫu để hướng dẫn trẻ cầm thìa bằng ba ngón tay: ngón cái, ngón trỏ và ngón giữa.



Dù trẻ có làm vãi đồ ăn thì bạn hãy coi trọng ý thức muốn tự mình ăn của trẻ. Nếu trẻ ăn tốt, bạn hãy khen trẻ.

Không để trẻ vừa ăn vừa chơi



Khi bạn thấy trẻ bắt đầu vừa ăn vừa chơi, hãy cất đồ ăn đi để dần tập cho trẻ thói quen tập trung khi ăn.

Dạy cho trẻ qui tắc



Bạn hãy dạy trẻ những qui tắc mời mọi người trước và sau khi ăn.

THAY BỈM

Cho trẻ thấy cảm giác thoải mái, dễ chịu

Trẻ đã biết đi sẽ rất hiếu động nên rất khó thay bỉm. Bạn hãy tận dụng những lúc thay bỉm này để dạy trẻ. Bạn nói với trẻ: "Bây giờ mẹ thay bỉm cho con nên hãy ngoan nhé" rồi cho trẻ nằm ra. Nếu trẻ không chịu mà đạp chân lung tung, bạn hãy nói một cách nghiêm khắc "Không được" rồi giữ trẻ. Bạn giữ hai tay vào đùi để trẻ không đạp được. Nếu trẻ có thể nằm im cho bạn thay bỉm, bạn hãy khen động viên trẻ "Thoải mái quá nhỉ", "Con đã rất ngoan, cảm ơn con". Hơn nữa, sau khi thay bỉm xong, bạn chơi với trẻ coi như là một phần thưởng thì dần dần trẻ sẽ thấy thích thời gian đó và ngoan ngoãn khi thay bỉm. Khi trẻ không ngoan, bạn không cần thưởng cho trẻ.



Trẻ không mặc bỉm khi chơi sẽ giúp não hoạt

động tích cực hơn

Trẻ đang trong giai đoạn hiếu động, bạn nên dành nhiều thời gian cho trẻ chơi mà không cần mặc bỉm. Khi không có bỉm, trẻ dễ dàng di chuyển đúng cách.



Bạn không biết trẻ sẽ đi lại như thế nào nên tốt nhất cần dọn dẹp phòng để tránh làm trẻ bị thương.

TÌM HIỂU VỀ NÃO BỘ

Dạy cho trẻ biết cảm giác thoải mái bằng cách vuốt ve âu yếm trẻ

Bạn hãy cho trẻ biết được cảm giác thoải mái sau khi được thay bỉm. Bạn nhẹ nhàng mát-xa cho trẻ nhiều lần từ phần phía trên đùi xuống các ngón chân. Không chỉ mặt phía trước mà còn cho trẻ nằm úp xuống mát-xa cả phía sau nữa. Những kích thích bạn tạo ra giúp trẻ cảm thấy thoải mái hơn.

H & Đ

VỀ GIÁO DỤC 1 TUỔI

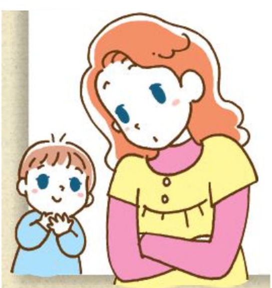
Giúp bạn hiểu hơn về phương pháp Kubota

H1 Con tôi sắp 2 tuổi rồi mà hoàn toàn không biết nói gì cả.

Đ Bạn hãy kiên nhẫn nói chuyện với con một cách phù hợp.

Trước tiên, bạn hãy kiểm tra xem tai con bạn có nghe rõ không. Bạn hãy tạo ra âm thanh ở một phía, nếu con quay đầu về phía đó, có nghĩa là tai của con nghe tốt. Nếu con không quay đầu về phía phát ra âm thanh, bạn cần cho con đi kiểm tra ở khoa tai mũi họng.

Hơn nữa, nếu bạn không nói chuyện với con nhằm kích thích vùng ngôn ngữ giúp hiểu được lời nói thì con cũng không biết nói chuyện. Nếu từ trước đến nay bạn không nói chuyện nhiều với con thì ngay từ bây giờ, bạn hãy nói chuyện thật nhiều với con về mọi thứ xung quanh.



Nếu bạn đã nói chuyện nhiều với con rồi thì có khả năng cách con hít thở để phát ra âm thanh không được tốt. Bạn có thể cho con tập thổi còi hay để ống hút trong cốc nước để trẻ tập hít. Tuy nhiên, nếu trong cuộc sống hàng ngày bạn vẫn thấy con khỏe mạnh bình thường thì không cần phải quá lo lắng. Hãy kiên nhẫn nói chuyện nhiều với con và quan sát thái độ của con.

H2 Con tôi không làm được việc mà những đứa trẻ cùng tuổi có thể làm.

Đ Điều quan trọng là biết rõ việc trẻ làm được và việc trẻ không làm được.

Việc trẻ không làm được có nghĩa là vùng đó chưa phát triển. Cho nên, trước tiên bạn cần phải nhận rõ trẻ không thể làm được việc gì rồi tập cho trẻ làm việc đó thật nhiều. Cách làm này cũng sẽ tập luyện thêm cho trẻ về cách đi, cách sử dụng tay thông qua các trò chơi.

Nhưng, nếu không làm cho trẻ cảm thấy hứng thú, trẻ sẽ không muốn thực hiện. Bạn cần lập ra phương châm rõ ràng đối với trẻ, kiên quyết thực hiện theo đúng phương pháp. Mẹ thực hiện với trẻ bằng tình yêu sâu sắc của mình.

H3 Tôi nên bắt đầu phương pháp này từ đâu?

Đ Nói chung đối với trẻ 1 tuổi cần tập đi trước.

Nếu trẻ đã biết đứng và có vẻ muốn tập đi thì ta bắt đầu từ việc tập cho trẻ biết đi. Vùng vỏ não trước trán của trẻ sẽ được rèn luyện thông qua việc đi bộ nên nếu hàng ngày trẻ đều tập đi thì chắc chắn cũng có thể tiếp nhận những bài tập khác một cách dễ dàng. Bạn cố gắng vừa nói chuyện với trẻ thật nhiều nhằm kích thích các vùng của não bộ vừa chú ý đến bước đi của trẻ.

H4 Con tôi chưa biết cầm thìa bằng ba ngón tay. Làm thế nào để con cầm được như vậy?

Đ Bạn hãy kiên nhẫn dạy con cách cầm thìa đúng.

Trước tiên, bạn hãy ngồi cùng với con và cho con xem cách cầm thìa đúng. Sau đó, hướng dẫn con cầm thìa đúng cách. Cho con nhìn kỹ tay mình để con bắt chước. Nếu con cầm chưa đúng, bạn hãy ngồi phía sau nắm tay con cầm thìa để con biết thế nào là cầm đúng cách.

Nếu để con cầm thìa sai cách, sau này rất mất thời gian để sửa nên ngay từ đầu bạn cần rèn cho con cách cầm thìa đúng.

H5 Ở giai đoạn bướng bỉnh, con không nghe lời tôi.

Đ Bạn hãy kiên quyết với trẻ.

Như tôi đã nói về giai đoạn bướng bỉnh ở trang 12. Giai đoạn bướng bỉnh xảy ra do vùng vỏ não phía trước của trẻ không phát triển.



Tuy nhiên, cũng có trường hợp trẻ có nguyên nhân không thích làm gì đó nên bạn cần chú ý quan sát kỹ xem do nguyên nhân gì mà con không thích làm. Bạn tuyệt đối không nên bắt ép nếu con cảm thấy đau, khó chịu hay sợ hãi khi làm gì đó.

Dù trong bất cứ trường hợp nào, việc bỏ mặc giai đoạn bướng bỉnh này ở trẻ là điều không tốt đối với cả sự phát triển của não bộ.

Trẻ 1 tuổi cả thể lực lẫn trí tuệ đều phát triển nên bạn cần có sự chuẩn bị phù hợp đối với giai đoạn bướng bỉnh xuất hiện do sự ích kỷ đơn thuần hay do tính khí của trẻ.

Cha mẹ nên ở bên để giúp con điều chỉnh hành vi cũng như thái độ đúng đắn.

H6 Tôi đã bỏ qua giai đoạn 0 tuổi, vậy có hiệu quả khi thực hiện giai đoạn 1 tuổi không?

Đ Tất nhiên nếu thực hiện thì tốt nhưng cũng không phải là tuyệt đối cần thiết.

Nếu chưa thực hiện những việc đã viết ở cuốn Dạy con kiểu Nhật (giai đoạn 0 tuổi, có lẽ sẽ khó thực hiện phương pháp 1 tuổi. Cho nên, bạn nên bắt đầu từ giáo dục 0 tuổi cùng với sự trưởng thành của trẻ.

Mặc dù vậy, điều cốt lõi trong giáo dục 1 tuổi là tập đi nên nếu trẻ có thể đứng vững và đưa được chân về phía trước thì bạn hãy thử luyện tập đi cho trẻ. Biết một thế giới mới cũng là điều thích thú đối với trẻ. Nếu trẻ cố gắng một cách phấn khích sẽ có hiệu quả hơn đối với sự phát triển của não bộ.

H7 Mặc dù là con trai nhưng con tôi rất thích chơi búp bê. Như vậy có sao không?

Đ Bạn nên cho con chơi cả những trò chơi dành cho con trai để sở thích của trẻ không quá bị lệch lạc.

Khi trẻ quá 1 tuổi, dần dần đã có sự khác nhau về sở thích giữa con trai và con gái ở một mức độ nào đó. Nhưng, trong giai đoạn này cần phải cho cả bé trai và bé gái chơi giống nhau. Bạn hãy ý thức rằng không nên để sở thích của trẻ quá nghiêng về bên nào và cố gắng cho trẻ chơi cả trò chơi và đồ chơi của con trai lẫn con gái.



H8 Tôi đang dạy con tiếng Anh. Tôi tiến hành đồng thời như vậy có được không?

Đ Hoàn toàn không có vấn đề gì. Chúng ta hãy dần dần kích thích não bộ của trẻ.

Phương pháp Kubota nhằm mục đích là kích thích bắt não bộ làm việc. Việc cho trẻ nghe tiếng Anh là một kích thích mới mẻ nên nếu trẻ không

ghét thì hoàn toàn không có vấn đề gì.

Việc dạy tiếng Anh đối với trẻ ở giai đoạn này sẽ làm tăng số lượng từ ngữ mà trẻ sẽ ghi nhớ. Có nghĩa là ngoài từ “quả táo”, trẻ còn nhớ thêm từ “apple”. Tuy nhiên, nếu bắt trẻ nhớ bảng chữ cái hay ngữ pháp nữa thì trẻ sẽ bị rối nên đừng bắt trẻ nhớ chữ hay ngữ pháp. Việc học chữ cái hay ngữ pháp tiếng Anh nên để trẻ học sau khi thành thạo tiếng mẹ đẻ.

H9 Có phải nên tập đi tập lại nhiều lần kể cả những bài tập mà con đã thành thục?

Đ Bạn nên tăng dần mức độ khó.

Dù nói là trẻ đã thành thục nhưng nếu dừng việc tập luyện thì những mạch thần kinh đã mất công luyện tập để kết nối sẽ có thể biến mất. Nhưng nếu cứ lặp đi lặp lại cùng một bài tập trẻ sẽ thấy chán. Do đó, tùy theo sự phát triển của trẻ, bạn nên nâng dần mức độ khó của bài tập.

